

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN REGULASI
EMOSI DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU
BEKERJA DI DESA SUTOJAYAN KOTA PASURUAN YANG
MEMILIKI ANAK SEKOLAH DASAR BELAJAR DARING
SELAMA MASA PANDEMI**

SKRIPSI



Oleh

**Dewi Masyito
NIM.17410017**

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2021

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN REGULASI
EMOSI DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU
BEKERJA DI DESA SUTOJAYAN KOTA PASURUAN YANG
MEMILIKI ANAK SEKOLAH DASAR BELAJAR DARING
SELAMA MASA PANDEMI**

SKRIPSI

Diajukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan
dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi (S.Psi)

oleh
DEWI MASYITO
17410017

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2021**

**HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN REGULASI
EMOSI DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU
BEKERJA DI DESA SUTOJAYAN KOTA PASURUAN YANG
MEMILIKI ANAK SEKOLAH DASAR BELAJAR DARING
SELAMA MASA PANDEMI**

SKRIPSI

Oleh

**DEWI MASYITO
17410017**

Telah disetujui oleh:

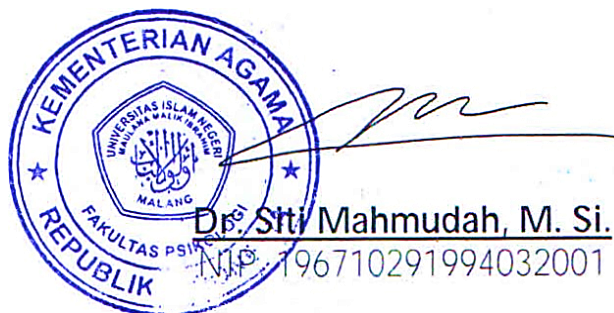
Dosen Pembimbing



Dr. Iin Tri Rahayu, S. Psi., M. Si., Psi.
NIP. 197207181999032001

Mengetahui,

**Dekan Fakultas Psikologi,
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M. Si.
NIP. 196710291994032001

SKRIPSI

HUBUNGAN DUKUNGAN SOSIAL SUAMI DAN REGULASI EMOSI DENGAN STRES PENGASUHAN PADA IBU BEKERJA DI DESA SUTOJAYAN KOTA PASURUAN YANG MEMILIKI ANAK SEKOLAH DASAR BELAJAR DARING SELAMA MASA PANDEMI

telah dipertahankan didepan Dewan Penguji pada tanggal 15 Juli 2021

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Iin Tri Rahayu, S. Psi., M. Si., Psi.
NIP. 197207181999032001

Anggota Penguji Lain
Ketua Penguji



Drs. Zainul Arifin, M. Ag.
NIP.196506061994031003

Penguji Utama



Dr. Mohammad Mahpur, M. Si.
NIP. 197605052005012003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
Tanggal 25 Agustus 2021

Mengesahkan
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Dr. Siti Mahmudah, M. Si.
NIP. 196710291994032001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dewi Masyito
NIM : 17410017
Fakultas : Psikologi UIN Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat untuk menyelesaikan syarat akhir dari perkuliahan pada umumnya dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar Belajar Daring Selama Masa Pandemi”, adalah benar-benar hasil penelitian sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang sebagaimana seharusnya dalam metode kepenulisan maka harus disebutkan sumbernya. Apabila di kemudian hari ada klaim pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar maka peneliti bersedia mendapat sanksi akademik.

Malang, 24 Mei 2021

Peneliti

METERAL
TEMPEL
No. 63AEF185073674
6000
Dewi Masyito
NIM. 17410017

MOTTO

“Terus berjuang untuk menemukan jalan keluar dari setiap masalah, bahkan ketika berada pada titik penuh rasa pasrah ”

(Q.S. Az-Zumar (39) : 53)

PERSEMBAHAN

Hasil Penelitian ini untuk Abi Jayadi dan Alm. Umi Khotimah
Yang Telah Memberikan Motivasi serta Dukungan Dalam Segala
Aspek Untuk Peneliti Menyelesaikan Semua Sampai Akhir

KATA PENGANTAR

Bismillahi walhamdulillahi robbil 'alamin, peneliti panjatkan syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan limpahan nikmat serta hidayah-Nya. Tak lupa sholawat serta salam tetap tercurah kepada baginda Nabi Muhammad SAW yang telah mengenalkan Islam pada kehidupan ini sehingga peneliti dapat menyelesaikan penelitian ini. Penelitian ini dapat terselesaikan tidak lepas dari bimbingan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Abdul Haris, M. Ag., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Dr. Siti Mahmudah, M. Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Muhammad Jamaluddin, M. Si., selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Ibu Dr. Iin Tri Rahayu, S. Psi., M. Si., Psi., selaku Dosen Pembimbing yang luar biasa telah meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing peneliti dengan penuh kesabaran. Dengan sabar beliau membimbing peneliti hingga dapat menyelesaikan penelitian ini.
5. Bapak/Ibu Dosen dan seluruh sivitas akademi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang memberikan ilmunya dengan tulus dan ikhlas yang sangat bermanfaat bagi peneliti.
6. Serta semua pihak yang telah banyak membantu dalam penelitian ini yang belum disebutkan satu per satu oleh peneliti.

Akhir kata peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak – pihak yang telah memberi *support* untuk menyelesaikan penelitian ini. Peneliti memohon maaf yang sebesar-besarnya, semoga penelitian ini dapat memberikan inovasi serta kontribusi bagi pembaca dan pengembangan keilmuan terutama dibidang psikologi.

Malang, 24 Mei 2021
Peneliti,

Dewi Masyito

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiii
ABSTRAK.....	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	14
C. Tujuan Penelitian.....	15
D. Manfaat Penelitian.....	16

BAB II KAJIAN TEORI.....

A. Stres Pengasuhan.....	17
1. Pengertian Stres Pengasuhan.....	17
2. Aspek – aspek Stres Pengasuhan.....	18
3. Faktor – faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan.....	22
B. Dukungan Sosial Suami.....	25
1. Pengertian Dukungan Sosial Suami.....	25
2. Faktor – faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial.....	26
3. Tipe – tipe Dukungan Sosial.....	28
C. Regulasi Emosi.....	29
1. Pengertian Regulasi Emosi.....	29
2. Aspek – aspek Regulasi Emosi.....	30
3. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Regulasi Emosi.....	31
D. Telaah Teks Psikologi dan Teks Islam tentang Stres Pengasuhan.....	33
1. Telaah Teks Psikologi.....	33
2. Telaah Teks Islam.....	38
E. Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dan Regulasi	

Emosi dengan Stres Pengasuhan	46
F. Hipotesis	50
BAB II METODE PENELITIAN	51
A. Rancangan Penelitian	51
B. Identifikasi Variabel Penelitian	51
C. Definisi Operasional Penelitian	52
D. Populasi dan Sampel	54
E. Teknik Pengumpulan Data	55
1. Wawancara	55
2. Kuesioner	55
F. Validitas dan Reliabilitas	60
1. Uji Validitas	60
2. Uji Reliabilitas	61
G. Analisa Data	62
1. Uji Normalitas dan Linieritas	62
2. Uji Kategorisasi	62
3. Uji Hipotesis	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	64
A. Pelaksanaan Penelitian	64
1. Gambaran Lokasi Penelitian	64
2. Waktu dan Tempat	64
3. Prosedur Penelitian	64
B. Hasil Penelitian	65
1. Hasil Uji Normalitas	65
2. Hasil Uji Linierita	66
3. Hasil Uji Analisa Kategorisas	67
4. Hasil Uji Hipotesis	72
5. Hasil Uji Korelasi Aspek Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan	77
C. Pembahasan	79
1. Tingkat Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	79
2. Tingkat Dukungan Sosial Suami pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	80
3. Tingkat Regulasi Emosi Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	82
4. Perspektif Realita Relasi Suami Istri di Desa Sutojayan	

Kota Pasuruan.....	83
5. Hubungan Dukungan Sosial dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	86
6. Hubungan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	88
7. Hubungan Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi	91
8. Uji Korelasi Aspek Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan	93
9. Uji Korelasi Aspek Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan	94
BAB V PENUTUP	95
A. Kesimpulan.....	95
B. Saran.....	97
DAFTAR PUSTAKA	99
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Pola Teks Psikologi Stres Pengasuhan.....	35
Gambar 2.3	Peta Konsep Psikologi Stres Pengasuhan	37
Gambar 2.5	Pola Teks Islam Stres Pengasuhan	43
Gambar 2.8	Peta Konsep Islam Stres Pengasuhan.....	45
Gambar 2.8	Hubungan antara Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres pengasuhan	50
Gambar 3.1	Identifikasi Variabel.....	52

DAFTAR TABEL

Tabel 2.2	Analisis Komponen Teks Psikologi tentang Stres Pengasuhan.....	36
Tabel 2.4	Analisis Makna Makna Muf'rodat tentang Stres Pengasuhan.....	40
Tabel 2.6	Analisis Komponen Teks Islam tentang Stres Pengasuhan.....	44
Tabel 2.7	Inventaris dan Tabulasi Teks Islam Stres Pengasuhan	
Tabel 3.2	Blueprint Skala Stres Pengasuhan.....	56
Tabel 3.3	Blueprint Skala Dukungan Sosial Suami	58
Tabel 3.4	Blueprint Skala Regulasi Emosi	53
Tabel 3.5	SME	60
Tabel 3.6	Hasil Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha.....	61
Tabel 3.7	Rumus Kategorisasi	63
Tabel 4.1	Hasil Uji Normalitas Stres pengasuhan, Dukungan Sosial Suami, dan Regulasi Emosi	65
Tabel 4.2	Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial Suami dan Stres Pengasuhan.....	66
Tabel 4.3	Hasil Uji Linieritas Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan.....	67
Tabel 4.4	Statistik Descrptive	67
Tabel 4.5	Hasil Presentasi Kategorisasi Stres Pengasuhan	69
Tabel 4.6	Hasil Presentasi Kategorisasi Dukungan Sosial Suami.....	70
Tabel 4.7	Hasil Presentasi Kategorisasi Regulasi Emosi.....	71
Tabel 4.8	Korelasi Dukungan Sosial dan Stres Pengasuhan.....	72
Tabel 4.9	Korelasi Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan	73
Tabel 4.10	Model Analisa Linier Berganda.....	74
Tabel 4.11	ANOVA	75
Tabel 4.12	Nilai Koefesien Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi.....	76
Tabel 4.13	Hasil Uji Aspek Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan.....	77
Tabel 4.14	Hasil Uji Aspek Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan.....	78

ABSTRAK

Mayito, Dewi. 2021. **Hubungan Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja di Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang Memiliki Anak Usia Sekolah Dasar yang Belajar Daring Selama Masa Pandemi.**

Skripsi. Jurusan Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing : Dr. Iin Tri Rahayu, S. Psi., M. Si., Psi.

Keywords : Dukungan Sosial Suami, Regulasi Emosi, Stres Pengasuhan .

Selama pandemi ini, kegiatan sekolah dilakukan secara online. Orang tua terutama ibu dituntut harus mampu menjadi guru bagi anaknya selama belajar dari rumah dan tetap menjalankan kewajibannya yang lain sebagai pekerja, sehingga cenderung menimbulkan stres bagi ibu. Berdasarkan fenomena tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah 1) bagaimana tingkat stres pengasuhan, 2) bagaimana tingkat dukungan sosial suami, 3) bagaimana tingkat regulasi emosi, 4) adakah hubungan dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan, 5) adakah hubungan regulasi emosi dengan stres pengasuhan, dan 6) adakah hubungan dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan.

Tujuan penelitian ini adalah 1) mengetahui tingkat stres pengasuhan, 2) mengetahui tingkat dukungan sosial suami, 3) mengetahui tingkat regulasi emosi, 4) membuktikan adakah hubungan dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan, 5) membuktikan adakah hubungan regulasi emosi dengan stres pengasuhan, dan 6) membuktikan adakah hubungan dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan.

Pendekatan penelitian ini adalah kuantitatif dan jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Penelitian ini terdapat tiga variabel yaitu stres pengasuhan, dukungan sosial suami, dan regulasi emosi. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu bekerja di Desa Sutojayan yang memiliki anak usia sekolah dasar yang berjumlah 30, untuk sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh berjumlah 30. metode pengambilan data menggunakan kuesioner, kemudian dianalisa menggunakan analisa regresi linier berganda

Hasil penelitian menunjukkan tingkat stres pengasuhan kategori sedang sebanyak 70%, kategori rendah 16,7%, dan kategori tinggi 13,3%. Tingkat dukungan sosial suami kategori sedang 63,3%, kategori rendah 20%, dan kategori tinggi sebanyak 16,7%. Tingkat regulasi emosi kategori sedang 63,3%, kategori rendah 20%, dan pada kategori tinggi sebanyak 16,7%. Dukungan sosial suami dan stres pengasuhan memiliki hubungan negatif ($\text{sig } 0,001 < 0,05$) artinya dukungan sosial suami naik maka stres pengasuhan menurun dan sebaliknya (H_1 diterima), regulasi emosi dan stres pengasuhan memiliki hubungan negatif ($\text{Sig } 0,000 < 0,05$) artinya regulasi emosi naik maka stres pengasuhan menurun (H_2 diterima). Dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan memiliki hubungan dan memberi pengaruh stres pengasuhan sebesar 52,7 % (H_3 diterima).

ABSTRACT

Masyito, Dewi. 2021. Relationship between Husband's Social Support and Emotional Regulation and Parenting Stress for Working Mothers in Sutojayan Village, Pasuruan City Who Have Elementary School-Age Children Who Learned Online During the Pandemic Period. Thesis. Department of Psychology, Faculty of Psychology, State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim Malang.

Advisor: Dr. Iin Tri Rahayu, S. Psi., M. Si., Psi.

Keywords: Husband's Social Support, Emotion Regulation, Parenting Stress

During this pandemic, school activities are carried out online. Parents, especially mothers, are required to be able to become teachers for their children while studying from home and continue to carry out their other obligations as workers, so that they tend to cause stress for mothers. Based on this phenomenon, the formulation of the research problem is 1) how is the level of parenting stress, 2) how is the level of husband's social support, 3) how is the level of emotional regulation, 4) is there a relationship between husband's social support and parenting stress, 5) is there a relationship between emotional regulation and stress parenting, and 6) is there a relationship between husband's social support and emotional regulation with parenting stress.

The aims of this study were 1) to determine the level of parenting stress, 2) to determine the level of husband's social support, 3) to determine the level of emotional regulation, 4) to prove that there is a relationship between husband's social support and parenting stress, 5) to prove that there is a relationship between emotional regulation and parenting stress, and 6) prove that there is a relationship between husband's social support and emotional regulation with parenting stress.

This research approach is quantitative and this type of research is correlational quantitative. There are three variables in this study, namely parenting stress, husband's social support, and emotional regulation. The population in this study were working mothers in Sutojayan Village who had 30 elementary school-aged children, for the sample in this study used a saturated sampling technique of 30. The data collection method used a questionnaire, then analyzed using multiple linear regression analysis.

The results showed that the level of parenting stress in the medium category was 70%, the low category was 16.7%, and the high category was 13.3%. The husband's level of social support in the medium category is 63.3%, the low category is 20%, and the high category is 16.7%. The level of emotion regulation in the medium category is 63.3%, the low category is 20%, and the high category is 16.7%. Husband's social support and parenting stress have a negative relationship ($\text{sig } 0.001 < 0.05$) meaning that husband's social support increases, parenting stress decreases and vice versa (H1 is accepted), emotional regulation and parenting stress have a negative relationship ($\text{Sig } 0.000 < 0.05$) meaning that the ride of emotion regulation parenting stress decreased (H2 is accepted). Husband's social support and emotional regulation with parenting stress have a relationship and influence parenting stress by 52.7% (H3 is accepted).

المستخلص

ماسييتو ، ديوي .2021. العلاقة بين الدعم الاجتماعي للزوج والتنظيم العاطفي والإجهاد الأبوي للأمهات العاملات في قرية سوتوجيان ، مدينة باسوروان اللواتي لديهن أطفال في سن المدرسة الابتدائية تعلموا عبر الإنترنت خلال فترة الوباء. أطروحة. قسم علم النفس ، كلية علم النفس ، جامعة الدولة الإسلامية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

المرشدة : د ، ثيئين تري راهايو ماجستير في علم النفس

الكلمات المفتاحية : الدعم الاجتماعي للزوج ، تنظيم العاطفة ، الإجهاد الأبوي .

خلال هذا الوباء ، يتم تنفيذ الأنشطة المدرسية عبر الإنترنت. يجب على الآباء ، وخاصة الأمهات ، أن يكونوا قادرين على أن يصبحوا معلمين لأطفالهم أثناء الدراسة من المنزل والاستمرار في تنفيذ التزاماتهم الأخرى كعاملين ، بحيث يميلون إلى إحداث ضغوط للأم. بناءً على هذه الظاهرة ، فإن صياغة مشكلة البحث هي (1) كيف هو مستوى الضغط الأبوي ، (2) كيف هو مستوى الدعم الاجتماعي للزوج ، (3) كيف هو مستوى التنظيم العاطفي ، (4) هل هناك علاقة بين الدعم الاجتماعي للزوج وضغوط الأبوة ، (5) هل هناك علاقة بين التنظيم العاطفي والأبوة المتوترة ، و (6) هل هناك علاقة بين الدعم الاجتماعي للزوج والتنظيم العاطفي مع ضغوط الأبوة

كانت أهداف هذه الدراسة (1) تحديد مستوى الإجهاد الأبوي ، (2) تحديد مستوى الدعم الاجتماعي للزوج ، (3) تحديد مستوى التنظيم العاطفي ، (4) إثبات وجود علاقة بين الدعم الاجتماعي للزوج. والإجهاد الأبوي ، (5) إثبات وجود علاقة بين التنظيم العاطفي وضغوط الأبوة ، و (6) إثبات وجود علاقة بين الدعم الاجتماعي للزوج والتنظيم العاطفي مع ضغوط الأبوة

نهج البحث هذا كمي وهذا النوع من البحث هو كمي ارتباطي. هناك ثلاثة متغيرات في هذه الدراسة ، وهي الإجهاد الأبوي ، والدعم الاجتماعي للزوج ، والتنظيم العاطفي. كان المجتمع في هذه الدراسة من الأمهات العاملات في قرية سوتوجيان ولديهن 30 طفلاً في سن المدرسة الابتدائية ، بالنسبة للعينة في هذه الدراسة استخدمت تقنية أخذ العينات المشبعة من 30. استخدمت طريقة جمع البيانات استنباطاً ، ثم تحليلها باستخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد

وأظهرت النتائج أن مستوى الإجهاد الأبوي في الفئة المتوسطة 70٪ ، والفئة المنخفضة 16.7٪ ، والفئة المرتفعة 13.3٪. وبلغ مستوى الدعم الاجتماعي للزوج 63.3٪ للفئة المتوسطة و 20٪ للفئة المنخفضة و 16.7٪ للفئة المرتفعة. مستوى تنظيم الانفعال في الفئة المتوسطة 63.3٪ والفئة المنخفضة 20٪ والفئة (sig 0.001) المرتفعة 16.7٪. هناك علاقة سلبية بين الدعم الاجتماعي للزوج وضغوط الأبوة والأمومة (H1) مما يعني أن الدعم الاجتماعي للزوج ينخفض ، ويقل الضغط الأبوي والعكس صحيح ($0.05 < Sig$) مما يعني ($0.05 < Sig$) مقبول) ، والتنظيم العاطفي وضغوط الأبوة والأمومة لهما علاقة سلبية تلقى. الدعم الاجتماعي والتنظيم H2 أن ركوب تنظيم العاطفة وضغوط الأبوة والأمومة انخفض (تم H3) العاطفي للزوج مع ضغوط الأبوة والأمومة لهما علاقة ويؤثران على إجهاد الأبوة بنسبة 52.7٪ (مقبول).

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia saat ini sedang mengalami wabah virus Covid-19. Pemerintah kemudian mengambil kebijakan *social distancing* dan *Work From Home* (WFH). Pada bidang pendidikan juga diterapkan belajar secara online dari rumah terutama bagi daerah yang berzona merah. Sesuai dengan kebijakan yang dikeluarkan oleh Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) bahwa proses belajar mengajar akan dilakukan dari rumah, untuk mempertimbangkan kesehatan fisik dan psikis siswa, guru, dan seluruh warga sekolah ditengah wabah Covid-19 (Kompas Pedia, 7 Juli 2020). Melihat saat ini, masih banyak daerah-daerah yang masuk dalam zona merah yang artinya mengalami lonjakan wabah yang tinggi.

Salah satu daerah yang masih berada pada zona merah yaitu Kota Pasuruan. Pada sekolah-sekolah di Kota Pasuruan masih menerapkan sistem belajar *online*. Sistem belajar *online*, berlaku untuk semua jenjang pendidikan salah satunya yaitu usia sekolah dasar. Melihat bahwa anak usia sekolah dasar masuk dalam periode *kritis-kreatif*, namun masih perlu untuk lebih dikontrol dan dibimbing. Orang tua dituntut untuk memberikan dukungan dan menciptakan lingkungan yang dapat mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak terutama

dalam kegiatan belajarnya. ibu dan ayah akan secara bersamaan menjadi pondasi penting keluarga dalam mengatur, membina, memberikan contoh dan mendukung anggota yang lain untuk tumbuh menjadi individu yang kuat hingga mampu memberikan dukungan positif bagi anggota keluarga yang lain (Dellve, Samuelsson, Tallborn, Fasth, & Hallberg, 2006).

Peran seorang ibu dalam situasi belajar daring ini bukan hal mudah. Ibu dianggap sebagai sosok yang memiliki peran penting dalam keluarga, ibu dianggap memiliki tanggung jawab dalam menciptakan keharmonisan keluarga sekaligus memiliki peran untuk membantu dan mendidik anak-anaknya. Sosok ibu dianggap harus memiliki kemurahan hati, mampu dekat dengan anak-anaknya dan memastikan bahwa setiap anggota keluarga dapat merasakan kesehatan batin yang seperti dirasakan dalam tumbuh kembangnya di keluarga (Lavi, dkk, 2019). Berbagai aktivitas atau peran mungkin dilakukan oleh ibu dalam satu waktu sekaligus. Terutama dalam kondisi tertentu, mereka banyak mempunyai peran ganda seperti sebagai istri bagi suami, sebagai ibu bagi anak, dan ada juga sebagai pekerja yang ikut membantu perekonomian bagi keluarga.

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Anak (2018) menyatakan hampir 51,88% jumlah penduduk Indonesia yang bekerja adalah wanita. Melihat hal tersebut, artinya banyak wanita yang berperan sebagai

pekerja juga, salah satunya di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Hasil data yang diperoleh dari pihak RT yang ada di desa, terdapat 30 seorang ibu yang juga bekerja dan memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring. Dalam hal ini, mereka akan menghadapi tugas yang muncul secara bersamaan dan mendapat tuntutan yang berbeda serta membutuhkan upaya yang lebih.

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada tiga narasumber ibu pekerja berinisial K, S dan T di Desa Sutojayan yang juga memiliki anak masih berusia sekolah dasar. Informasi yang diperoleh dari narasumber K bahwa dirinya harus banyak beradaptasi dengan penggunaan media belajar anaknya selama *online* yang membuatnya kesulitan dan harus menjadi pengajar selama anaknya sekolah dari rumah. Narasumber juga harus dapat bekerja cepat dan pandai membagi waktu karena harus mengerjakan pekerjaan yang lain.

Secara lebih jelas dapat dilihat pada kutipan hasil wawancara :

“ Bingung dewe kadang mbak sit, arek sd sak iki ae yo gawe link lek ngerjakno soal towo pas waktune ujian.. kan durung tau ngerti ngunu-ngunu ya mbak aku iki. Kudu ngajari anak kek guru ngunu.. Wes wes, gelem gak gelem kudu belajar maneh yak opo, mumet dewe sampekan kadang stres rasane ngelu dewe. Lek wes ngelu ngunu ku aku yawes mbek anakku mbak ya istirahat ngunu mbak, lek gak tambah uring-uringan” (K/20-09-2020)

Berdasarkan kutipan hasil wawancara di atas, narasumber K menunjukkan bahwa dirinya merasa kesulitan dengan pembelajaran daring anaknya. Hal tersebut ditunjukkan dengan tuntutan peran barunya sebagai monitor atau pengajar utama bagi anaknya selama belajar daring, sementara narasumber K belum memiliki pengetahuan

atau pengalaman mengenai sistem-sistem pembelajarannya. Sehingga, narasumber K merasa mudah pusing bahkan bisa juga memunculkan emosi yang negatif seperti marah-marah.

Hal tersebut, juga dialami oleh narasumber yang lain. Narasumber S juga terkadang merasa emosi jika anaknya sulit diajak mengerjakan tugas sekolah. Sehingga, terkadang ibu merasa emosi dan lepas kontrol dengan nada bicara tinggi. Secara lebih jelas dapat dilihat pada kutipan hasil wawancara :

“ Ya emosi kadang mbak, wes lek mari emosi ngelu rasane dikandani sering males belajar mbak kadang rasane te tak jarno,tapi ya mesakno juga mbak, wedine anaku gak munggah sekolah kan anakku ya tanggung jawabku. Bagi waktu sing biasane isuk mek ngurus budal sekolah saki iki kudu ngajari terus sek bagi tugas mbek kerjaan lain mbak.”
(S/21-09-2020)

Berdasarkan kutipan hasil wawancara di atas, narasumber S mengalami kesulitan untuk berkomunikasi untuk mengajak anak belajar karena anak sering kali tidak bersemangat atau malas untuk belajar ketika dirumah. Narasumber S dituntut agar dapat membagi waktunya untuk menjadi pengajar bagi anaknya. Hal tersebut, seringkali memunculkan rasa lelah, pusing, dan cepat marah sehingga berpikir untuk mengabaikan perannya itu, akan tetapi disisi lain narasumber S merasa bahwa itu juga tanggung jawabnya dan adanya harapan untuk masa depan bagi anak.

Hal tersebut juga dialami oleh narasumber T, dirinya terkadang merasa lelah dengan segala aktivitasnya, di tambah dengan tanggung

jawab mengajar dan mengawasi anaknya yang belajar dari rumah, akan tetapi narasumber tetap berusaha tenang dan tidak sampai emosi. Secara lebih jelas dapat dilihat pada kutipan hasil wawancara:

“ya kalo saya sih mbak gak terlalu gimana-gimana, saya pasti berusaha jadi pengajar yang baik juga untuk anak saya dirumah”...“capek sih mbak, kalo pas uda pulang ngajar disekolah terus kan juga ada kerjaan sekolah, tapi juga ada tanggung jawab mendampingi anak. Tapi ya kadang saya berusaha untuk gak sampek marah-marah kalo anak saya minta ajarin pelajaran biarpun saya lagi lelah, paling saya janjiin dulu nanti ya dek mama masih ini itu gitu” (T/07-12-2020)

Berdasarkan kutipan hasil wawancara di atas, narasumber T menunjukkan juga mengalami rasa kelelahan. Namun, narasumber T dapat mengontrol emosinya sehingga narasumber tidak marah-marah kepada anaknya dan narasumber berusaha untuk memberikan pengajaran yang terbaik untuk anaknya. Karena, narasumber merasa bahwa memang ada tanggung jawab dirinya disitu.

Berdasarkan uraian tersebut, dari perspektif narasumber bahwa terdapat beberapa kondisi yang penuh tekanan dialami oleh ibu. Kondisi yang penuh tekanan itu seperti tuntutan peran yang tidak sesuai dengan kemampuan ibu. Ibu yang merasa kesulitan untuk mengajak anak belajar dan peran yang dilakukan dalam satu waktu begitu banyak sehingga tidak ada waktu yang cukup bagi ibu untuk beristirahat. Hal tersebut yang dapat memunculkan rasa lelah, penat, pusing, jenuh dan sebagainya sehingga memicu munculnya stres. Narasumber juga dihadapkan dengan tanggung jawabnya yang lain dalam satu waktu sebagai seorang ibu, istri dan pekerja.

Oleh karena itu, seorang ibu yang dihadapkan pada kegiatan yang beragam dan *multitasking* seperti mengerjakan berbagai macam pekerjaan dalam satu waktu seperti mendampingi anak belajar namun juga harus menyelesaikan pekerjaannya yang lain akan cenderung memunculkan stres pada seorang ibu. Menurut Lazarrus dan Folkman (1984) stres merupakan hubungan antara diri sendiri, orang lain atau lingkungan yang dianggap diluar batas kesanggupannya yang dapat membahayakan dirinya (dalam Gangai dan Mahakud, 2018) . Hal tersebut sesuai dengan yang disampaikan Probowatie Tjondronegoro menyatakan bahwa ibu rumah tangga berpotensi mengalami tingkat stres tersendiri di masa pandemi, terlebih saat ini sekolah dilakukan di rumah sehingga ibu harus mampu menjadi guru. Namun, *skill* guru itu tidaklah mudah (Ayo Jakarta.com, 30 Juni 2020). Tuntutan tersebut dapat berperan menjadi stressor tersendiri karena dibutuhkan keterampilan yang khusus.

Hasil wawancara tersebut juga menunjukkan bahwa stres yang dialami memunculkan perilaku yang negatif seperti emosi yang tidak terkontrol sehingga mudah marah-marah. Menurut Lavee, dkk (1996), bahwa orang tua yang mengalami stres pengasuhan tinggi maka memiliki kesejahteraan psikologis yang buruk. Hal tersebut didukung oleh Carapito, dkk (2018) bahwa stres pengasuhan dapat memberikan efek yang negatif bagi orang tua dan anak. Stres dapat dianggap lebih banyak menimbulkan efek negatif dari pada yang positif .

Stres yang muncul merupakan tuntutan dari peran sebagai orang

tua yang memiliki tugas sebagai pengasuh. Menurut Houck dan Loper (2002) stres pengasuhan orang tua yaitu ketika mengalami kesulitan yang berkaitan dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga menimbulkan gejala stres (dalam Andriani, dkk., 2019). Stres yang dialami dalam pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan yang melampaui batasannya dan secara khusus berkaitan dengan peran sebagai orang tua dan interaksi antar orang tua kepada anak (Ahern, 2004). Menurut Deater-Deckard (1998) Stres pengasuhan yang dialami orang tua akan membawanya kepada kondisi psikologis yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul merupakan usaha untuk beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua (dalam Mackler, dkk., 2015).

Menurut Crnic dan Low (2002) bahwa stres pengasuhan merupakan kondisi psikologis yang dirasakan orang tua ketika dalam keadaan tidak mampu untuk memenuhi tuntutan perannya sebagai orang tua karena diluar batas kemampuan dirinya (dalam Holly dkk., 2016). Mendukung hal tersebut, menurut Abidin (1995) stres pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan yang berlebihan dimana berkaitan dengan perannya sebagai orang tua dan interaksinya dengan anak. Jadi, dapat disimpulkan bahwa stres pengasuhan merupakan suatu kondisi dalam tekanan yang berhubungan dengan perannya sebagai orang tua dan interaksi orang tua dengan anak.

Berdasarkan pemaparan di atas, stres pengasuhan merupakan kondisi psikologis yang dialami orang tua yang berhubungan dengan

pengasuhan dengan anaknya. Stres pengasuhan cenderung mudah dialami oleh ibu karena perempuan dianggap menjadi pengasuh utama dalam keluarganya. Stres pengasuhan yang dirasakan secara berlebihan akan memunculkan dampak yang negatif bagi diri ibu dan anaknya.

Stres yang dialami juga akan meningkat apabila suatu keluarga membebankan urusan rumah tangga hanya kepada perempuan, melihat bahwa masih terdapat budaya pengasuhan diserahkan kepada ibu. Hal tersebut menunjukkan bahwa perempuan menjadi pengasuh utama dalam keluarganya. Dari hasil wawancara ketiga narasumber, bahwa ketiga subjek menjadi figure pengasuh utama di keluarga. Hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga narasumber memiliki dukungan yang berbeda dari suaminya dalam mengasuh anak.

Hasil wawancara kepada narasumber K, diperoleh informasi bahwa tugas untuk mendidik anak sepenuhnya diberikan kepada dirinya dan suaminya hanya berfokus kepada pekerjaan sehingga ketika anak membutuhkan apapun selalu mencari dirinya. Setiap hari yang bertugas mengontrol belajar anaknya adalah ibu. Narasumber juga mengatakan bahwa ia dan suami tidak setiap hari membicarakan mengenai perkembangan anaknya.

Pada narasumber S, diperoleh informasi bahwa suaminya sesekali membantu narasumber mendampingi anaknya belajar. Ketika suaminya libur bekerja atau masuk kerja malam maka ia dan suami akan

bergantian mendampingi anaknya belajar. Narasumber merasa terbantu dengan tindakan suaminya tersebut.

Sedangkan pada narasumber T, diperoleh informasi bahwa ia dan suaminya bekerja sama untuk mengasuh anaknya dan saling mengkomunikasikan satu sama lain. Narasumber T mengatakan meski suami tidak selalu dapat mendampingi anak belajar daring, namun suami selalu memberi *support* kepada dirinya, aktif menanyakan mengenai perkembangan anak dan ketika liburan suami meluangkan waktu untuk mengajak berlibur dan menemani anaknya mengerjakan tugas sekolah.

Berdasarkan uraian hasil wawancara di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami yang diterima setiap narasumber beragam bentuknya. Adapun bentuk dukungan sosial suami yang diberikan kepada istri dari hasil wawancara di atas seperti memberi *support* kepada istri, mendengarkan keluh kesahnya, meluangkan waktu untuk bersama keluarga, berdiskusi bersama mengenai perkembangan anak dan membantu istri dalam mengasuh anaknya. Berdasarkan dari uraian di atas, dukungan sosial yang diberikan dapat berupa dukungan secara emosional, tindakan maupun informasi.

Dukungan sosial menurut Sarason suatu kenyamanan dalam hal fisik maupun psikologis yang diperoleh dari orang lain (dalam Sa'idah & Laksmiwati, 2017). Hal serupa juga disampaikan oleh Sarafino

(1998) dukungan sosial merupakan kenyamanan, penghargaan, kepedulian atau perhatian yang diberikan oleh orang lain. Menurut Gottlieb dan Berken (2010) dukungan sosial merupakan informasi (verbal dan non-verbal), saran, bantuan yang nyata yang diterima oleh seseorang yang dapat mempengaruhi penerimanya baik secara emosional maupun tindakan (dalam Listiyandini, 2018). Berdasarkan definisi dukungan sosial, maka dukungan sosial suami merupakan dukungan yang diberikan kepada istri yang dapat memberi rasa nyaman dan tenang secara fisik maupun psikis. Dukungan sosial suami yang diberikan kepada istri diharapkan mampu membantu istri ketika mengalami masalah, ia akan merasa lebih mudah menjalaninya karena merasa diperhatikan, didukung, dihargai dan dicintai oleh suami (dalam Ardiansyah & Meuyuntariningsih, 2016). Hal tersebut juga didukung oleh pernyataan menurut Carstensen (2004) bahwa dukungan sosial merupakan proses psikologis yang berguna untuk menjaga perilaku sehat individu dalam bentuk kekuatan atau dukungan yang bersumber dari orang terdekat dalamnya (dalam Indriani dan Sugiasih, 2016).

Berdasarkan dari kutipan hasil wawancara kepada narasumber, juga menunjukkan bahwa setiap ibu memiliki respon yang berbeda ketika dihadapkan dalam kondisi yang penuh tekanan. Menurut Scherer (2009) perbedaan stres pengasuhan yang dirasakan itu sebagai bentuk kemampuan regulasi emosi diri sendiri, sehingga mampu untuk bereaksi secara fleksibel dan dinamis dengan perubahan yang ada

dilingkungannya (dalam Montana, 2020).

Pada narasumber K, menunjukkan bahwa dirinya merasa lelah, sehingga berbicara dengan keras atau nada tinggi saat kepada anaknya ketika belajar. Narasumber akan memilih untuk menyudahi kegiatannya agar meredam emosi yang dirasakannya jika tidak dirinya akan menjadi lebih sensitif. Pada narasumber S, menunjukkan bahwa dirinya juga seringkali emosi jika harus dihadapkan dengan anaknya yang tidak ingin belajar, sedangkan ada tugas sekolah yang harus dikerjakan oleh anaknya. Narasumber kadang menyudahi kegiatan yang membuatnya emosi, terkadang melanjutkan kegiatan tersebut dan berusaha sambil meredamnya karena dia berpikir bahwa dengan membiarkan anak tidak belajar itu sebuah kesalahan karena anak berhak untuk mendapatkan bimbingan dari dirinya. Sedangkan, narasumber T menunjukkan bahwa dirinya mampu mengelola emosinya. Meskipun dalam keadaan lelah dan anak membutuhkan dirinya, ia berusaha untuk tenang dan berbicara dengan baik kepada anaknya, sehingga narasumber menikmati perannya ini.

Dalam hal ini, dapat dikatakan bahwa stres pengasuhan berkaitan dengan pengelolaan emosi. Emosi sendiri memungkinkan untuk seseorang dapat menikmati hidupnya dengan baik atau tidak. Sesuai dengan pernyataan Calvate dan Orue (2012) bahwa kemampuan meregulasi emosi yang dimiliki seseorang akan berguna untuk mengontrol efek yang muncul dari sebuah kemarahan dan agresivitas

(dalam Purwadi dkk., 2020).

Menurut Gross & Muaoz (1995) emosi sebagai fungsi komunikatif yang memiliki fungsi untuk memberi sinyal kepada orang lain dan dirinya, menurut Raver (2004) emosi penting juga dalam pengambilan keputusan mengenai tindakan yang dilakunnya (dalam Marliani, Nasrudin, Rahmawati, & Ramdani, 2020). Menurut Theula, Wiener, Tanock & Jenkins (2012) bahwa orang tua yang tidak dapat meregulasi emosi dengan baik akan mempengaruhi anak (dalam Ikasari & Kristiana 2017).

Kesulitan yang dialami dalam meregulasi emosi akan berpengaruh pada peningkatan tekanan yang dialami orang tua. Orang tua yang berada posisi tertekan juga cenderung berperilaku negatif seperti bertindak kasar, kurang memberi kasih sayang dan bersikap acuh. Sesuai dengan pernyataan tersebut, menurut McPherson, dkk (2008) stres pengasuhan dapat merubah sikap orang tua, sehingga berpengaruh pada pengasuhannya kepada anak, yang berpotensi memunculkan perilaku kurang baik seperti pengabain bahkan tindakan yang kasar (dalam Brown, dkk., 2020). Oleh karena itu, orang tua yang tidak mampu meregulasi emosi berpotensi menunjukkan sikap atau perilaku yang keras kepada anak.

Kemampuan meregulasi emosi merupakan mekanisme yang dimiliki seseorang untuk menyesuaikan kondisi seseorang terhadap

tuntutan lingkungan (dalam Jarymowicz dan Imbir, 2014). Menurut Gross (2007), merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu dalam menilai, mengatasi, mengelola, serta mengekspresikan emosi yang sesuai agar tercapai keseimbangan emosional. Dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki individu dalam menunjukkan reaksi atau mengekspresikan emosi dirinya dalam kehidupan sehari-hari.

Penelitian yang terkait dengan regulasi emosi dengan stress pengasuhan yang dilakukan oleh Ikasari dan Kristiana (2017) mengenai hubungan antara regualsi emosi dengan stress pengasuhan ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*. Diperoleh hasil bahwa variable regulasi emosi dengan stress pengasuhan memiliki hubungan negatif. Hal tersebut menunjukkan, bahwa jika regulasi emosi tinggi maka stress pengasuhan rendah begitupun sebaliknya. Pada penelitian ini hanya menjelaskan satu faktor yang berpotensi mempengaruhi stres pengasuhan yang dialami oleh ibu yang memiliki anak *cerebral palsy*.

Berdasarkan pemaparan fenomena yang ada di lapangan dan berdasarkan hasil studi pendahuluan, bahwa sebelum pandemi anak-anak belajar di sekolah dari pagi hingga sore hari, dan orang tua dapat menjalankan aktivitasnya seperti biasa. Namun saat pandemi ini pendidikan dilakukan secara daring dan orang tua khususnya ibu terutama yang bekerja juga, saat ini dituntut untuk menjadi mentor, pengawas dan pendamping anak belajar di rumah. Sehingga, situasi

tersebut rentan sekali untuk menimbulkan stres bagi ibu dalam mengasuh anaknya. Berdasarkan problematika tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak selama belajar daring di masa pandemi ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang akan peneliti kaji adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ?
2. Bagaimana tingkat dukungan sosial suami pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ?
3. Bagaimana tingkat regulasi emosi pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ?
4. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ?
5. Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi ?
6. Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi

anak belajar daring selama masa pandemi ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.
2. Mengetahui tingkat dukungan sosial suami pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.
3. Mengetahui tingkat regulasi emosi pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.
4. Membuktikan ada atau tidak hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.
5. Membuktikan ada atau tidak hubungan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.
6. Membuktikan ada atau tidak hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini menghasilkan manfaat penelitian sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah masukan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya yang berkaitan dengan penurunan tingkat stres pengasuhan pada orang tua terutama ibu.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur bagi peneliti lainnya yang meneliti mengenai dukungan sosial suami, regulasi emosi, dan stres pengasuhan.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk orang tua terutama ibu bekerja di Desa Sutojayan dalam mengambil keputusan untuk mengatasi permasalahan mengenai stres yang berkaitan dengan pengasuhan kepada anak

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Stres Pengasuhan

1. Pengertian Stres Pengasuhan

Menurut Abidin (1995) stres pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan yang berlebihan berkaitan dengan perannya sebagai orang tua dalam berinteraksi dengan anak. Menurut Deater-Deckard stres pengasuhan memunculkan perasaan negatif, dan perasaan negatif tersebut berkaitan dengan tuntutan atas perannya sebagai orang tua (dalam Gani dan Kumalasari, 2019). Abidin mengusulkan sebuah model stres dalam pengasuhan, di mana stres pengasuhan tercipta karena adanya ketidaksesuaian dari tuntutan yang dialami dari pengasuhan, sumber daya sosial dan kemampuan pribadi yang dimiliki untuk menyelesaikan tuntutan tersebut (dalam Ahern, 2004).

Menurut Goldstein (1995) stres pengasuhan yang dirasakan orang tua muncul karena harapan dan kemampuan yang dimiliki orang tua dalam pengasuhan tidak sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya (dalam Sa'diyah, 2016). Sedangkan, menurut Cooper, McLanahan, Meadows, & Brooke-Guns (2009) menjelaskan bahwa stress pengasuhan merupakan kondisi atau perasaan yang dirasakan orang tua ketika merasa tidak mampu dalam memenuhi tuntutan sebagai orang tua karena kemampuan diri dan sosial yang tidak dapat

memenuhi tuntutan. Rasa ketidakmampuan yang dialami oleh orang tua, dapat dikatakan memunculkan stress dalam pengasuhan karena kemampuan diri dan sosial yang tidak memadai.

Sementara stres pengasuhan, menurut Widarsson, Engstrom, Rosenbland, & Lundberg (2013), pengalaman emosi negatif yang orang tua rasakan sebagai bentuk respon terhadap tuntutannya sebagai orang tua. Deater-Deckard menambahkan, bahwa perasaan negatif yang dialami dalam stres pengasuhan merupakan hasil dari tuntutan sebagai orang tua (dalam Widarsson, Engstrom, Rosenbland, & Lundberg, 2013).

Berdasarkan uraian di atas mengenai definisi stres pengasuhan, peneliti menyimpulkan bahwa stres pengasuhan (*parenting stress*) merupakan suatu kondisi psikologis maupun fisik orang tua dalam berinteraksi dengan anak karena adanya tuntutan dalam mengasuh anak yang diluar kemampuan orang tua.

2. Aspek – aspek Stres Pengasuhan

Aspek - aspek stres pengasuhan di bentuk bertujuan untuk melakukan asesmen atau pengukuran tingkat stres yang dialami oleh orang tua dalam mengasuh, adapun aspek - aspek stres pengasuhan yang dijelaskan oleh Abidin sebagai berikut : (dalam Abidin, 1995)

a) *Parental Distress* (Stres Orang Tua)

Pada aspek *Parental Distress* ini menjelaskan mengenai pengalaman pribadi orang tua yang berkaitan dengan pengalaman

stres yang berhubungan dengan mengasuh anaknya. Aspek *Parental Distress* ini mengukur perasaan orang yang berkaitan dengan tekanan yang dialaminya secara pribadi. Adapun indikator *Parental Distress* sebagai berikut :

- 1) *Feeling of Competence* yaitu orang tua yang diliputi oleh tuntutan dari perannya dan perasaan yang merasa kemampuannya dalam merawat anak masih kurang. Indikator ini berkaitan dengan pengetahuan yang dimiliki orang tua mengenai perkembangan anak dan keterampilan manajemen anak yang tepat.
- 2) *Social Isolation* yaitu orang tua yang merasa dirinya terisolasi secara sosial dan tidak adanya dukungan emosional oleh teman sehingga akan memungkinkan peningkatan dari tidak berfungsinya pengasuhan orang tua dalam bentuk pengabaikan kepada anak. Indikator ini berkaitan dengan keadaan terisolasi serta kurangnya akan dukungan sosial dari sekitar.
- 3) *Retriction Imposed by Parent Role* yaitu kondisi dimana kebebasan pribadi yang dibatasi. Orang tua beranggapan bahwa dirinya berada pada situasi atau kondisi di mana dikendalikan dan dikuasai oleh kebutuhan serta permintaan anak. Perasaan seperti itu, akan menghilangkan identitas diri sebagai individu. Sehingga, seringkali muncul kekecewaan dan amarah yang kuat yang dirasakan orang tua.

4) *Relationship with Spouse* yaitu konflik yang terjadi dalam hubungan orang tua. Konflik yang terjadi diantara keduanya mungkin karena tidak adanya dukungan emosi, material dari pasangan serta mengenai pola pendekatan dan strategi manajemen anak.

5) *Health of Parent* yaitu sampai pada tingkatan tertentu, efektivitas pengasuhan orang tua kepada anak dapat berpengaruh pada kesehatan orang tua.

6) *Parent Depression* yaitu orang tua mengalami beberapa gejala depresi dari ringan hingga menengah dan perasaan bersalah, dimana pada suatu waktu akan membuat kemampuan memenuhi tanggung jawabnya dalam mengasuh menurun.

b) *Difficult Child* (Perilaku Anak yang Sulit)

Pada aspek ini membahas mengenai karakteristik anak yang dapat mempermudah atau mempersulit pengasuhan sehingga berkontribusi terhadap stres orang tua. Adapun indikator dari aspek *Difficult Child*, sebagai berikut :

- 1) *Child Adaptability* yaitu anak yang memperlihatkan perilaku anak yang sulit diatur. Stres pengasuhan yang dialami oleh orang tua lebih sulit dalam ketidakmampuan anak untuk menyesuaikan diri dengan perubahan fisik atau lingkungan.
- 2) *Child Demands*, yaitu anak yang banyak membuat permintaan kepada orang tua berupa perhatian maupun

bantuan. Pada umumnya, anak yang seperti ini sulit melakukan segala sesuatunya sendiri (tidak mandiri) dan mengalami hambatan di perkembangannya.

3) *Child Mood* yaitu orang tua merasa kesulitan perubahan emosi yang terlihat pada anaknya.

4) *Distractibility* yaitu orang tua merasa bahwa anaknya menunjukkan perilaku yang sangat aktif dan sulit untuk mengikuti perintah.

c) *Parent-Child Dysfunctional Interaction* (Disfungsi Interaksi Orang tua dan Anak)

Pada aspek ini membahas mengenai interaksi anak dengan orang tua yang tidak berjalan dengan baik, yang berkaitan dengan penguatan oleh anak dan tingkat harapan orang tua kepada anak. Adapun indikator dalam aspek ini, sebagai berikut :

1) *Child Reinforced Parents* yaitu orang tua tidak merasakan adanya penguatan yang positif dari anak. Interaksi yang terjalin antara orang tua dan anak tidak memunculkan rasa nyaman pada anak.

2) *Acceptability of Child* yaitu stres yang dialami oleh orang tua berkaitan dengan karakteristik anak seperti fisik, emosi, intelektual, yang tidak sesuai dengan harapan orang tua sehingga lebih berpeluang menyebabkan penolakan orang tua.

- 3) *Attachment* yaitu orang tua tidak memiliki kedekatan secara emosional dengan anak sehingga berpengaruh pada perasaan orang tua.

Berdasarkan dari uraian di atas mengenai aspek stres pengasuhan. Maka peneliti menyimpulkan aspek stres pengasuhan menurut Abidin yaitu 1) *Parental Distress* menjelaskan mengenai pengalaman pribadi orang tua yang memicu stres, 2) *Difficult Child* menjelaskan mengenai karakteristik anak yang dapat mempermudah atau mempersulit pengasuhan orang tua dan 3) *Parent-Child Dysfunctional Interaction* menjelaskan mengenai hubungan orang tua dan anak yang tidak berjalan dengan baik.

3. Faktor - faktor yang Mempengaruhi Stres Pengasuhan

Persepsi orang tua dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat menyebabkan mengalami stres. Adapun faktor-faktor stres pengasuhan menurut Abidin (1995) 3 hal yang dominan dalam penyebab stres pengasuhan, yaitu 1) karakteristik anak, 2) karakteristik orang tua, dan 3) lingkungan kehidupan. Karakteristik anak dalam hal ini mencakup kemampuan anak beradaptasi, level hiperaktivitas, permintaan anak (tuntutan kepada orang tua), temper tantrum. Pada karakteristik orang tua seperti keadaan emosi, sentuhan atau sikap kepada anak, keterampilan dalam mengasuh anak termasuk pengetahuan orang dalam mengasuh anak. Pada faktor stres lingkungan kehidupan meliputi pergantian pekerjaan, pernikahan dan perceraian, serta anggota keluarga (meliputi

dukungan keluarga dan kematian anggota keluarga lainnya) .

Sedangkan menurut Lestari (2012) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan sebagai berikut : (dalam Munawaroh dan Amalia, 2019)

a) Individu

Pada faktor stres pengasuhan dalam individu ini dapat bersumber dari diri sendiri (pribadi) orang tua atau anak. Bersumber dari pribadi semisal mengenai kesehatan fisik, kesehatan fisik dapat menjadi pendorong munculnya stres seandainya orang tua sedang sakit dan dalam jangka waktu yang cukup lama akan mempengaruhi dalam proses pengasuhan. Kemudian, kesehatan secara mental dan emosi juga penting dan berpengaruh untuk timbulnya stres pengasuhan apabila dalam keadaan yang tidak baik.

Stressor yang bersumber dari anak dapat berasal dari tingkah laku anak. Melihat anak seringkali berperilaku berubah-ubah. Misal anak termasuk yang sulit untuk diatur sehingga akan menyita banyak waktu, tenang dan emosi orang tua.

b) Keluarga

Pada faktor stres pengasuhan dalam keluarga dapat bersumber dari keuangan (ekonomi) keluarga dan struktur keluarga. keuangan keluarga dapat menjadi stressor bagi orang tua. Seandainya, kebutuhan dan kemampuan tidak seimbang, di mana penghasilan keuangan keluarga rendah namun kebutuhan keluarga tinggi. Jika

dilihat dari struktur keluarga, untuk sekarang memiliki banyak anak merupakan hal yang cukup *pressure* disamping itu kebutuhan akan semakin meningkat. Terlebih lagi jika menjadi orang tua tunggal dan harus merawat anak-anaknya sendiri atau minimnya keterlibatan pasangan dalam mengasuh anak. Selanjutnya, hubungan dalam keluarga jika penuh dengan konflik baik antar orang tua atau pasangan dan anak, cenderung memunculkan stres pengasuhan.

c) Lingkungan

Pada faktor ini lingkungan yang dimaksud bersumber dari lingkungan disekitar orang tua maupaun anak. Kondisi stres dapat terjadi dengan rentan waktu yang singkat, dengan catatan apabila sumber stres pengasuhan tersebut lebih dominan kepada lingkungan.

Berdasarkan uraian penjelasan di atas mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan, peneliti menyimpulkan bahwa sumber stres terdiri dari 1) Karakteristik individu orang tua, yang terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan, penghasilan, kesehatan (fisik, mental, dan emosi), dan dukungan sosial, 2) Karakteristik anak, yang terdiri dari usia anak, kemampuan anak, dan temperamen, 3) Demografik terdiri dari lingkungan, kebiasaan (budaya), status sosial ekonomi keluarga.

B. Dukungan Sosial Suami

1. Pengertian Dukungan Sosial Suami

Manusia sering kali disebut sebagai makhluk sosial, yang memiliki arti bahwa satu orang dengan lainnya saling membutuhkan. Hal tersebut menunjukkan bahwa manusia tidak dapat menjalani hidupnya seorang diri. Oleh karena itu, sebagai makhluk sosial, mereka harus mampu memberi dukungan sosial kepada individu yang lain ataupun menerima dukungan sosial itu sendiri. Dukungan sosial tersebut mencerminkan rasa kepedulian antar satu sama lain.

Menurut Gottlieb dan Berken (2010) dukungan sosial merupakan informasi (verbal dan non-verbal), saran, bantuan yang nyata yang diterima oleh seseorang yang dapat mempengaruhi penerimanya baik secara emosional maupun tindakan (dalam Listiyandini, 2018). Dalam hal ini, menunjukah bahwa dukungan sosial yang diberikan kepada oranglain memberikan dampak yang besar untuk keadaan psikologis dan perilaku seseorang. Penerima dukungan sosial akan muncul rasa aman dan diperhatikan.

Serupa dengan pernyataan tersebut, menurut Sarafino (1998) dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, cinta, penghargaan, atau bantuan di yang diperoleh dari orang terkasih, keluarga, teman, rekan kerja, dokter, atau komunitas. Menurut Sarason (2007) bahwa dukungan sosial merupakan suatu kondisi yang memiliki manfaat bagi individu yang diperoleh dari orang yang ia percaya sehingga individu tersebut merasa dirinya diperhatikan (dalam Esmiati dan Kusumadewi, 2016). Menurut Kasmayati (2013) menjelaskan bahwa

dukungan sosial berupa kata-kata motivasi, perhatian ataupun nasihat, akan memberi pengaruh kepada individu tersebut untuk selalu berpikir positif hingga individu tersebut tetap optimis (dalam Hapsari, 2019).

Berdasarkan uraian di atas mengenai pengertian dukungan sosial, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami merupakan dukungan yang diterima oleh istri dari suami berupa rasa kepedulian, perhatian, penghargaan, atau bantuan lain (verbal atau non-verbal) yang memberikan rasa nyaman, aman dan rasa percaya diri.

2. Faktor – faktor yang Memengaruhi Dukungan Sosial

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi seseorang memperoleh dukungan. Adapun Sarafino (1998) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi seseorang memperoleh dukungan sosial, diantaranya :

a) Penerima dukungan (*Recipient*)

Penerima dukungan sosial tidak akan memperoleh dukungan tersebut, apabila ia tidak memberi tahu orang lain bahwa dirinya membutuhkan dukungan. Pada kenyataannya, beberapa orang tidak cukup berani untuk meminta bantuan. Adapun alasanya seperti tidak ingin membebani orang lain, khawatir permasalahannya tidak menarik, atau orang yang dianggap dapat memberikan dukungan termasuk tipe orang yang tidak langsung membantu.

b) Penyedia dukungan (*Provider*)

Seseorang akan memperoleh dukungan dari orang yang

berpotensi memberi dukungan. Namun, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk memiliki orang yang berpotensi memberi dukungan. Seperti dia sedang dibawah tekanan dan membutuhkan dukungan untuk dirinya sendiri atau dia tidak peka dengan kebutuhan orang lain.

c) Struktur jaringan sosial

Lingkup jaringan sosial yang dimiliki seseorang akan berpengaruh kepada kualiti dan kuantitas dukungan yang diberikan. Hal tersebut dapat diperoleh dari lingkungan keluarga, kerja, atau organisasi.

Berdasarkan uraian penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor yang mendukung seseorang memperoleh dukungan sosial menurut Sarafino adalah 1) Penerima Dukungan (*Receipent*) menjelaskan tentang seseorang akan mendapat dukungan apabila dia mengungkapkan dan berterus terang kepada orang yang dia pilih, 2) Pemberi Dukungan (*Provider*) yaitu seseorang yang dianggap dapat memberikan dukungan, 3) Struktur jaringan sosial yaitu yang mempengaruhi seseorang memperoleh dukungan yang baik dan sesuai.

3. Tipe - tipe Dukungan Sosial

Jenis dukungan yang diterima oleh seseorang akan mempengaruhi individu tersebut. Menurut Sarafino (1998)

menjelaskan terdapat 4 tipe dasar dukungan sosial yang dapat diberikan kepada orang lain, sebagai berikut :

a) Dukungan Emosional (*Emotional Support*)

Bentuk dukungan yang mengekspresikan rasa empati, kepedulian, dan perhatian. Yang artinya dukungan yang diberikan memberikan rasa nyaman, dimiliki, dicintai terutama dalam keadaan stres.

b) Dukungan Penghargaan (*Esteem Support*)

Sebuah dukungan berupa dorongan atau persetujuan yang positif mengenai ide – ide seseorang, atau perbandingan yang positif terhadap orang lain. Dukungan ini diberikan untuk membangun harga diri, kompresi dan perasaan dihargai.

c) Dukungan Instrumental (*Tangible or Instrrumental Support*)

Bentuk dukungan yang diberikan secara langsung kepada seseorang seperti bantuan dalam hal materil (uang) atau jasa.

d) Dukungan informasi (*Information Support*)

Dukungan yang diberikan berupa memberi saran, nasihat, timbal balik atau arahan mengenai penyelesaian masalah yang sedang dihadapinya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa tipe dukungan menurut Sarafino adalah 1) Dukungan emosional merupakan bantuan berupa empati, perhatian, kepedulian yang diberikan kepada

individu ,2) Dukungan penghargaan merupakan bantuan berupa persetujuan positif mengenai ide individu tersebut atau berupa perbandingan yang positif, 3) Dukungan instrumental merupakan dukungan yang diberikan secara nyata berupa uang atau tenaga, dan 4) Dukungan Informasi yaitu bantuan berupa arahan, saran, atau solusi penyelesaian masalah yang dihadapi.

C. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam menilai, menyelesaikan, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Kemampuan yang dimiliki oleh seseorang ini, dapat membuat individu tersebut mampu menghadapi ketegangan dalam hidupnya.

Menurut Thompson (1994) regulasi emosi kemampuan yang dimiliki individu dengan melakukan pemantauan, pengevaluasian dan pemodifikasian, serta meredam reaksi-reaksi emosi negatif yang dirasakan oleh individu tersebut (dalam Putri dan Primana, 2017). Selanjutnya, menurut Kring dan Sloan (2010) regulasi emosi merupakan suatu proses transdiagnostik yang artinya memfokuskan untuk pencarian solusi untuk mengatasi emosinya (dalam Lennarz, dkk., 2018). Jadi, individu yang memiliki keterampilan tersebut, akan mampu meredam emosinya dan mengurangi stres yang dialami dengan memfokuskan

kepada pikiran yang mengganggu.

Berdasarkan uraian dari beberapa tokoh, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengelola emosinya yang dapat mempengaruhi sikapnya dan dapat berpikir jernih meski berada di kondisi yang tidak menyenangkan.

2. Aspek – aspek Regulasi Emosi

Ketika seseorang mengalami kondisi yang tertekan, maka mereka akan menggunakan regulasi emosi untuk mengatasinya. Regulasi emosi digunakan agar mengontrol respon yang akan ditampilkan ketika terdapat emosi yang berlebih. Gross (2007) mengungkapkan bahwa terdapat lima aspek untuk melihat kemampuan dalam regulasi emosi, sebagai berikut :

- a) *Situation Selection*, yaitu kemampuan individu untuk mendekat atau menghindari dari orang atau situasi yang menimbulkan emosi berlebihan.
- b) *Situation modification*, yaitu kemampuan individu untuk mengubah keadaan situasi sehingga mampu untuk mengikuti dan mengurangi pengaruh emosi yang kuat.
- c) *Attention deployment*, yaitu kemampuan individu untuk mengalihkan fokus mereka, dengan melakukan hal lain atau memikirkan sesuatu yang lain.
- d) *Cognitive change*, yaitu kemampuan individu dengan mengevaluasi situasi dengan merubah cara berpikirnya menjadi lebih positif sehingga dapat mengurangi pengaruh negatif dari emosi tersebut.

- e) *Response modulation*, yaitu kemampuan individu untuk merubah respon emosi yang cenderung berlebihan.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa aspek dalam regulasi emosi yang dapat digunakan yaitu *Situation Selection* merupakan kemampuan individu untuk menghindari atau membatasi dari stressor, *Situation modification* merupakan kemampuan individu mengubah situasi untuk mengurangi dampak situasi yang emosional, *Attention deployment* merupakan kemampuan individu mengalihkan perhatian dari situasi atau perasaan yang emosional, *Cognitive change* merupakan kemampuan individu untuk memiliki pikiran positif, dan *Response modulation* merupakan cara individu merubah respon emosi yang ditampilkan.

3. Faktor – faktor yang mempengaruhi Regulasi Emosi

Menurut Brener dan Slovey (dalam Mulyana, dkk., 2020) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kemampuan regulasi emosi seseorang, sebagai berikut:

a) Usia

Usia merupakan faktor yang mempengaruhi regulasi emosi. Apabila bertambah usianya seseorang maka kemampuan regulasi emosinya semakin membaik seiring bertambahnya umur.

b) Jenis Kelamin

Faktor ini menjelaskan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki cara yang berbeda dalam mengekspresikan emosi yang

dirasakan. Tujuan perempuan mengekspresikan emosi karena ingin mempertahankan hubungan interpersonal dan menampilkan sifat yang lemah dan tak berdaya. Sedangkan laki-laki, mengekspresikan marah untuk menunjukkan posisi dominasi dirinya.

c) Keluarga

Dalam hal ini keluarga dianggap menjadi faktor penentuan kemampuan regulasi emosi seseorang. Keluarga menjadi tempat pertama untuk mempelajari mengenai emosi dan bagaimana cara mengekspresikan emosi tersebut.

d) Lingkungan

Lingkungan dalam hal ini mencakup segala hal, baik yang nyata atau tidak. Seperti lingkungan tempat tinggalnya, pergaulannya bahkan tontonan yang biasa dilihat akan dapat memberi pengaruh kepada kemampuan seseorang dalam meregulasi emosi dan mengekspresikan emosinya.

Berdasarkan uraian tersebut, faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu 1) Usia yaitu seseorang yang memiliki usia lebih dewasa atau semakin bertambah umurnya seseorang cenderung memiliki regulasi emosi yang baik, 2) Jenis kelamin yaitu perbedaan gender yang dapat mempengaruhi cara dan tujuan individu tersebut dalam mengekspresikan emosi yang dirasakan, 3) Keluarga merupakan tempat pertama seseorang mulai mengenal emosi dan cara mengekspresikannya, dan 4) Lingkungan yaitu kebiasaan, situasi maupun kondisi yang ada disekitarnya.

D. Telaah Teks Psikologi dan Teks Islam tentang Stres Pengasuhan

1. Telaah Teks Psikologi

a) Sampel Teks Psikologi

Menurut Raphael, Zhang, Liu dan iardino (2010) stres pengasuhan merupakan persepsi orang tua mengenai ketidakseimbangan antara tuntutan dalam mengasuh dan sumber daya atau kemampuan yang dimilikinya (dalam Hsiao, 2017).

Menurut Guajardo, Synder, dan Peterson (2009) stres pengasuhan dianggap sebagai hasil tuntutan dari anak yang berkaitan dengan masalah perilaku anak, permasalahan perhatian anak dan perkembangan kognitif anak (dalam Ward dan Lee, 2020).

Menurut Abidin (1995) stres pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan yang berlebihan berkaitan dengan perannya sebagai orang tua dalam berinteraksi dengan anak.

Menurut Cooper, McLanahan, Meadows, dan Brooke-Guns (2009) stres pengasuhan merupakan kondisi atau perasaan yang dirasakan oleh orang tua ketika merasa tidak mampu dalam memenuhi tuntutan sebagai orang tua karena kemampuan diri dan sosial yang tidak dapat memenuhi tuntutan.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) stres pengasuhan timbul dari penilaian orang tua terhadap lingkungan stresor atau tuntutan yang berkaitan dengan perannya sebagai orang tua untuk

mengasuh anaknya (dalam Chung, Lanier, dan Wong., 2020).

Menurut Everly dan Lating (2002) stres pengasuhan suatu kondisi yang kompleks yang melibatkan interaksi orang tua dengan anak seperti kognitif, afektif, karakteristik perilaku dan situasi keluarga (dalam Luo, Wang, Gao, dkk., 2019).

Menurut Deater-Deackard (1998) stres pengasuhan yang dialami orang tua akan membawanya kepada kondisi psikologi yang tidak disukai dan reaksi psikologis yang muncul merupakan usaha untuk beradaptasi dengan tuntutan peran sebagai orang tua (dalam Mackler, dkk., 2015).

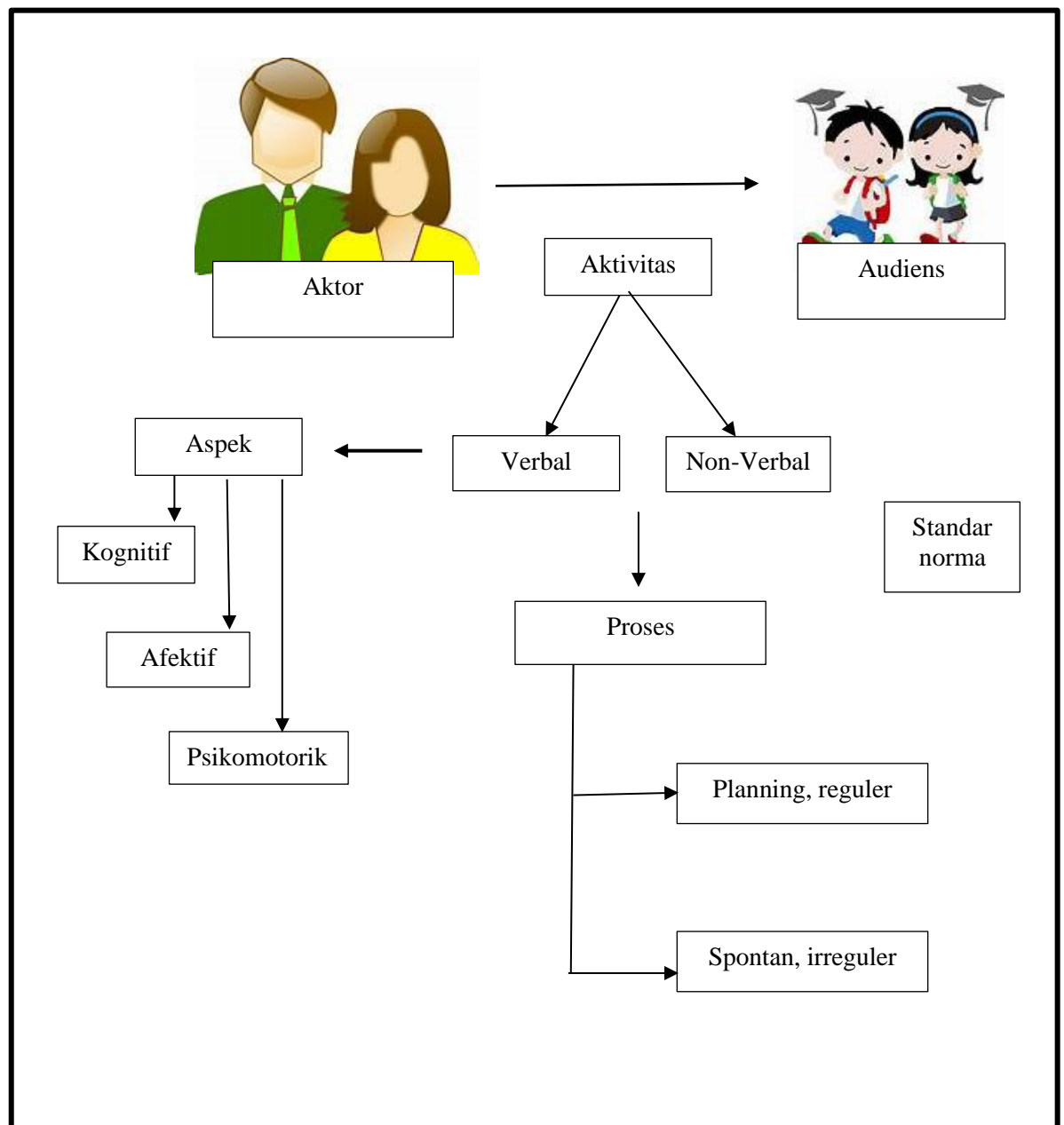
Menurut Miller, Cooley, dan Adkins (2020) stres pengasuhan berkaitan dengan perannya dalam mengasuh yang dihasilkan karena pemahaman orang tua dalam mengasuh anak.

Menurut Houck dan Loper (2002) stres pengasuhan orang tua yaitu ketika mengalami kesulitan yang berkaitan dengan kemampuan yang dimilikinya sehingga menimbulkan gejala stres (dalam Andriani, dk., 2019).

Menurut P Sowmnya dan L.Preethi B (2019) menjelaskan bahwa stres pengasuhan respon dari tekanan yang muncul karena tuntutan sebagai orang tua yang dapat memberikan efek negatif bagi diri sendiri dan anak.

b) Pola Teks Psikologi tentang Stres Pengasuhan

Gambar 2.1 Pola Teks Psikologi Stres Pengasuhan



c) Analisis Komponen Teks Psikologi Stres Pengasuhan

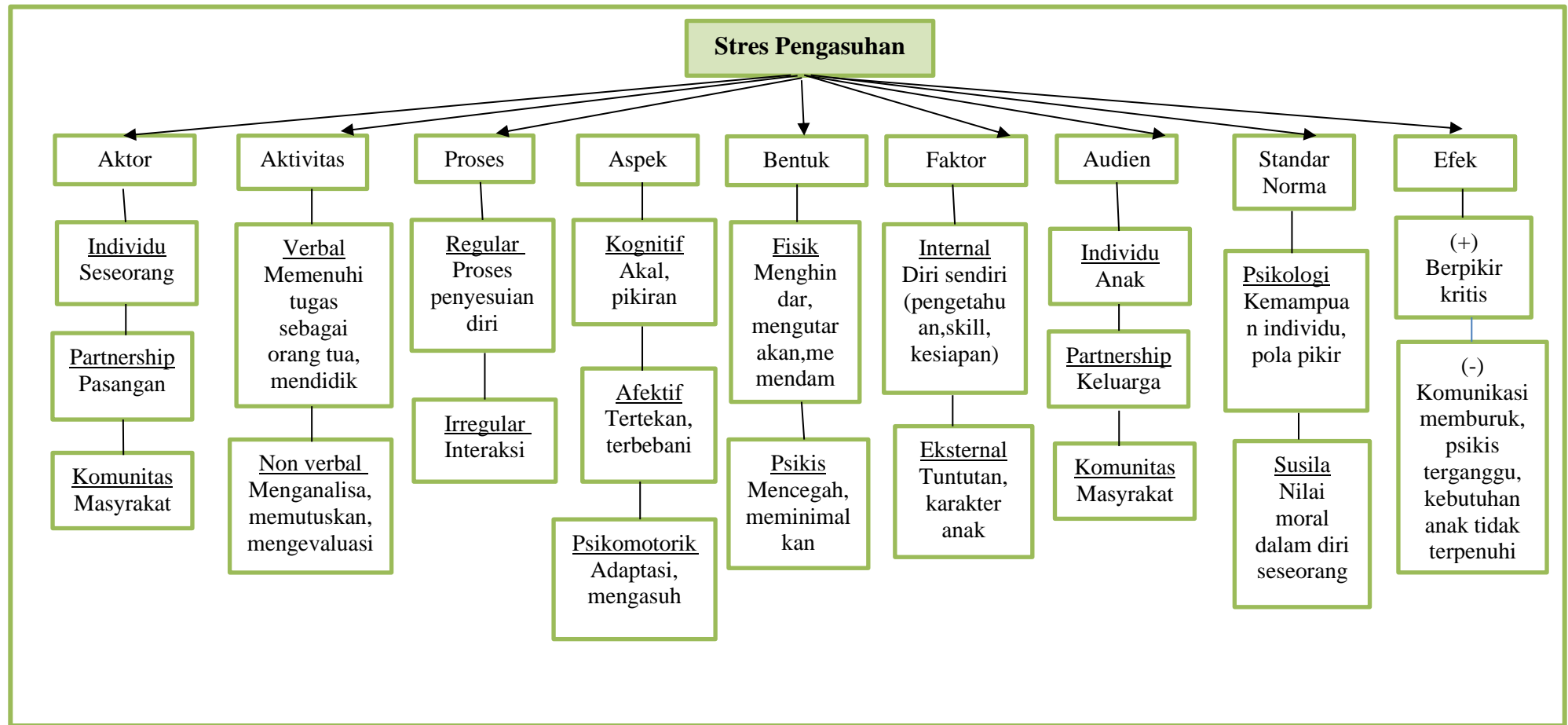
Tabel 2.2 Analisis Komponen Teks Psikologi Stres

Pengasuhan

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	Seseorang
		Partnership	Pasangan
		Komunitas	Masyarakat
2	Aktivitas	Verbal	Memenuhi kebutuhan anak, mengajar, menjelaskan, membimbing
		Non verbal	Memutuskan, menganalisa
3	Proses	<i>Planning</i> , regular	Proses penyesuaian diri
		<i>Spontan</i> , irregular	Komunikasi (interaksi)
4	Aspek	Kognitif	Akal, <i>overthinking</i>
		Afektif	Cemas, khawatir, takut, lemah
		Psikomotorik	Adaptasi, mengasuh
5	Faktor	Internal	Pengetahuan (<i>knowledge</i>), kemampuan (<i>skill</i>)
		Eksternal	Tuntutan yang lebih besar, karakteristik anak
6	Bentuk	Fisik	Menghindari, mengutarakan
		Psikis	Mencegah, meminimalkan,
7	Audien	Individu	Anak
		Partnership	Keluarga
		Komunitas	Masyarakat
8	Standar Norma	Ilmiah (Psikologi)	Kemampuan individu, pola pikir
		Etika	Nilai moral dalam diri seseorang
9	Efek	Positif (+)	Berpikir kritis
		Negatif (-)	Hubungan dengan anak kurang baik, keadaan psikologis diri tidak stabil, merugikan anak

d) Peta Konsep Psikologi tentang Stres Pengasuhan

Gambar 2.3 Peta Konsep Psikologi Stres Pengasuhan



e) Rumusan Konsep Teks Psikologi Stresn Pengasuhan

1) General

Stres Pengasuhan merupakan suatu kondisi yang dialami oleh individu ketika melakukan sebuah aktivitas baik verbal dan non-verbal melalui sebuah proses secara terencana atau spontan yang melibatkan aspek kognitif, afektif, dan psikomotorik yang cenderung lebih banyak memberikan efek negatif.

2) Particular

Stres pengasuhan merupakan kondisi psikologis yang dialami seseorang berkaitan dengan perannya sebagai orang tua yang memiliki kewajiban untuk memberikan pendidikan bagi anaknya namun ia merasa bahwa pengetahuan dan kemampuan yang dimilikinya tidak sesuai dengan tuntutan kebutuhan anak dan kondisi tersebut ditandai dengan perasaan cemas berlebih, overthinking, takut sehingga kesulitan untuk beradaptasi yang akan memberikan efek negatif bagi keadaan psikis diri sendiri, anaknya dan komunikasi keduanya.

2. Telaah Teks Islam

a) Sampel Teks Islam

Seseorang yang mengalami stres, akan diikuti dengan perasaan sedih, merasa tertekan (terbebani), gelisah dan perasaan tidak berdaya. Dalam agama Islam konsep stres juga dijelaskan untuk memberikan gambaran permasalahan yang dialami oleh

manusia. Adapun masalah yang dialami oleh manusia merupakan sebuah ujian baginya.

Ujian yang diberikan oleh Allah kepada manusia sangatlah beragam, bahkan anak pun juga bisa menjadi ujian bagi orang tua ketika mengasuh. Namun, ujian yang diberikan tidaklah melebihi dari kesanggupannya. Hal tersebut difirman dalam Al-Qur'an Surah At-Tagabun (64): 15 (Al-Qur'an dan Terjemahan Kementrian Agama RI) :

إِنَّمَا أَمْوَالُكُمْ وَأَوْلَادُكُمْ فِتْنَةٌ وَاللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ

“ Sesungguhnya hartamu dan anak – anakmu hanyalah cobaan (bagimu), dan di sisi Allah pahala yang besar (QS. At-Tagabun (64) : 15).”

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^ق لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ^ق....

“ Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat (pahala) dari kebajikan yang dikerjakannya dan dia mendapat (siksa) dari kejahatan yang diperbuatnya... (QS.Al-Baqarah (2) : 286).”

وَلَا نُكَلِّفُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^ط وَلَدَيْنَا كِتَابٌ يَنْطِقُ بِالْحَقِّ^ج وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ

“Dan Kami tidak membebani seseorang melainkan menurut kesanggupannya, dan pada Kami ada suatu catatan yang menuturkan dengan sebenarnya dan mereka tidak didzalimi (dirugikan) (QS.Al-Mu'minun (23): 62).”

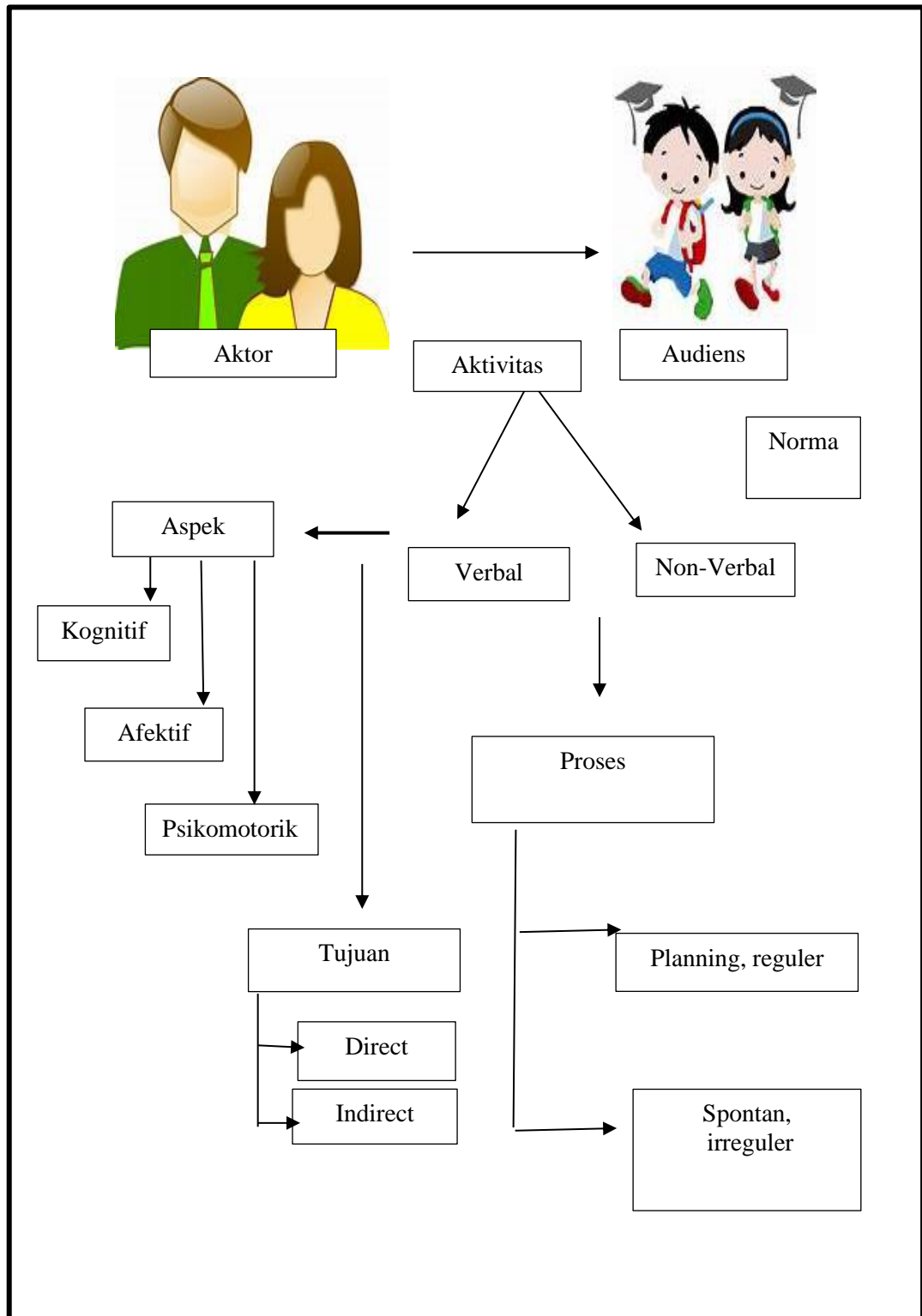
b) Analisis Makna Mu'frodah Surah Al-Baqarah ayat 286

Tabel 2.4 Analisa Makna Mu'frodah

No	Teks	Terjemahan	Sinonim	Antonim	Makna Psikologi
1.	لَا يُكَلِّفُ	Tidak membebani	تجعلها سهلة	لتعقيد	Stres
2.	الله	Allah	عزوجل	ضعيف	Norma
3.	نَفْسًا	Seseorang	البشرية	غير المرئية	Aktor
4.	وُسْعَهَا	Sesuai kesanggupannya	القدرة على	ضعف	Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>), adaptasi
5.	لَهَا	Baginya (pahala)	تفضيل	العقوبة	Reinforcement positif, <i>reward</i>
6.	مَا كَسَبَتْ	Kebaikan yang ia usahakan	الجيد	السلوك السيئ	Proses kognitif, perilaku
7.	وَعَلَيْهَا	Dan baginya (siksa)	العقوبة	تفضيل	Reinforcement negatif, hukuman
8.	مَا اكْتَسَبَتْ	Kejahatan yang ia kerjakan	السلوك السيئ	الجيد	Proses kognitif, perilaku

c) Pola Teks Islam tentang Stres Pengasuhan

Gambar 2.5 Pola Teks Islam Stres Pengasuhan



d) Analisis Komponen Teks Islam

Tabel 2.6 Analisis Komponen Teks Islam tentang Stres

Pengasuhan

No.	Komponen	Kategori	Deskripsi
1	Aktor	Individu	أَنَا، نَفْسًا، لِشَخْصٍ
		Partnership	هُمُ ، هُوَ
		Komunitas	نَحْنُ
2	Aktivitas	Verbal	مَا اكْتَسَبَتْ مَا كَسَبَتْ ،
		Non verbal	بِالتَّفَكِيرِ ، وَفَهْمِ
3	Proses	<i>Planning, regular</i>	وُسْعَهَا
		<i>Spontan, irregular</i>	يَصْبِرُ
4	Aspek	Kognitif	وَالْعَقْلُ
		Afektif	وَالْحَالَةُ الْعَاطِفِيَّةُ
		Psikomotorik	السُّلُوكُ
5	Faktor	Internal	وَالْتَحَكُّمُ الْعَاطِفِي ، وَالْإِيمَانُ ، وَالْمَعْرِفَةُ
		Eksternal	أَوْ لَاذُكُمْ
6	Bentuk	Fisik	وَالْتَجَنُّبُ ، وَالْقَبُولُ
		Psikis	وَالسَّيْطَرَةُ
7	Audien	Individu	أَوْ لَاذُكُمْ
		Partner (Non Human)	فِئْتَةٌ
		Komunitas	وَأَدِيدُنَا
8	Tujuan	<i>Direct</i>	وَإِخْتِبَارُ أَنْفُسِهِمْ
		<i>Indirect</i>	لِيَكُونُوا صَادِقِينَ وَصَبُورِينَ ، بِأَمْرِ
9	Standar Norma	Agama	لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا
10	Efek	Positif (+)	لَا يُظْلَمُونَ، اللَّهُ عِنْدَهُ أَجْرٌ عَظِيمٌ، لَهَا
		Negatif (-)	وَعَلَيْهَا

e) Inventaris dan Tabulasi Teks Islam Stres Pengasuhan

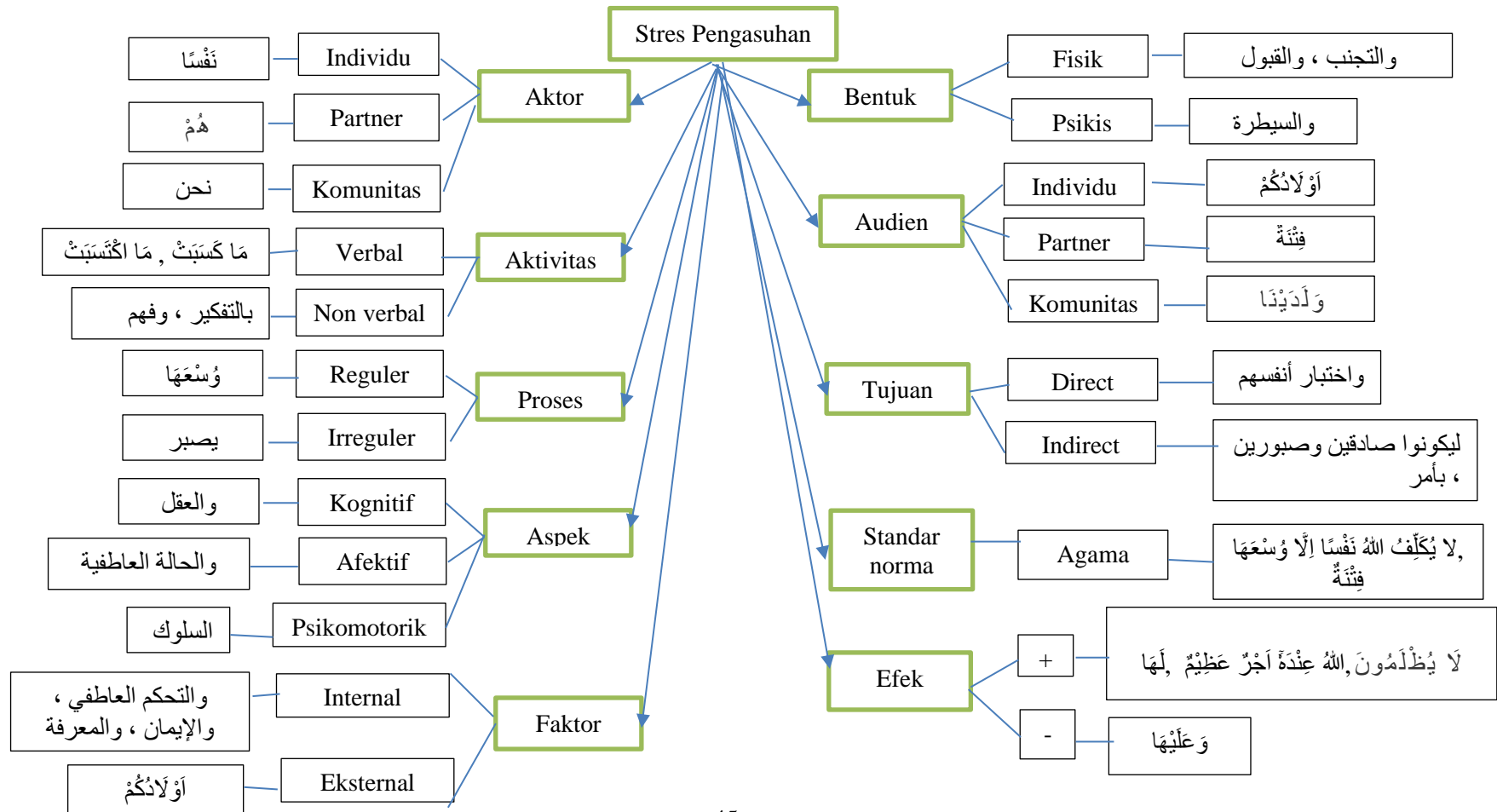
Tabel 2.7 Inventaris dan Tabulasi Islam Stres Pengasuhan

No	Teks	Terjemahan	Makna Psikologi	Sumber	Jumlah
1.	لَا يُكَلِّفُ	Tidak membebani	Stres	2 : 286, 65 : 7	2
2.	الله	Allah	Norma	1 : 1 , 2 : 10, 15, 17, 26, 27, 28, 70, 72, 73, 74, 80, 83, 85, 88, 90, 91, 207, 209, 210, 215, 286, 3 : 10, 20, 28, 29, 59, 61, 62, 63, 87, 89, 92, 94, 4 : 28, 29, 36, 40, 79, 83 , 6 : 64, 90 , 24, 73 : 20, 74 : 31, 74 : 56, 76 : 9, 11	50

3.	نَفْسًا	Seseorang	Aktor	1 : 236, 5 : 32, 6 : 152, 7 : 42, 23 : 62	5
4.	وُسْعَهَا	Sesuai kesanggupannya	Penerimaan diri (<i>self-acceptance</i>), adaptasi	1 : 233, 286, 6 : 152, 7 : 42, 23 : 62	5
5.	لَهَا	Baginya (pahala)	Reinforcemnet positif, <i>reward</i>	1 : 134, 141, 286	3
6.	مَا كَسَبَتْ	Kebaikan yang ia usahakan	Proses kognitif, perilaku	1 : 134, 141, 225, 281, 286, 3 : 25, 161, 6 : 70, 158, 13 : 33, 14 : 51, 30 : 41, 40 : 17, 42 : 30, 45 : 22, 74 : 38	16
7.	وَعَلَيْهَا	Dan baginya (siksa)	Reinforcement negatif, hukuman	1 : 286, 23 : 22, 40 : 80	3
8.	مَا اكْتَسَبَتْ	Kejahatan yang ia kerjakan	Proses kognitif, perilaku	1 : 286	1
				Total	85

f) Peta Konsep Teks Islam Stres Pengasuhan

Gambar 2.8 Peta Konsep Teks Al Qur'an Stres Pengasuhan



g) Rumusan Konsep Teks Islam

a) General

Stres pengasuhan dapat diartikan suatu kondisi individu ketika dihadapkan dalam suatu aktivitas (نشاط) mengasuh anak yang melibatkan tiga aspek yaitu kognitif (معرفي) , afektif (عاطفة), dan psikomotorik (الحركيت), yang dipengaruhi oleh faktor baik secara langsung (*direct*) atau tidak langsung (*indirect*).

b) Particular

Stres pengasuhan merupakan gambaran keadaan psikologis seseorang (نَفْسًا) yaitu orang tua ketika diberikan mengasuh anak (وَلَدُكُمْ) dimana ujian diberikan sesuai dengan kemampuannya (وَسَعَهَا). Kesulitan dalam pengasuhan dialami karena adanya norma yang karena memiliki tujuan secara langsung untuk menguji (واختبار أنفسهم) individu tersebut. Tingkat stres yang dialami seseorang juga dipengaruhi oleh faktor internal dalam diri diri sendiri (والتحكم العاطفي ، والإيمان ، والمعرفة) dan faktor eksternal dari anaknya (وَلَدُكُمْ).

E. Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan

Melihat fenomena saat ini, di tengah pandemi sekolah dilakukan secara online. Fenomena tersebut rentan menimbulkan stres salah satunya pada seorang ibu yang menjalani peran ganda sebagai wanita pekerja, seorang istri dan menjadi pengasuh utama bagi anaknya. Hal tersebut rentan

menyebabkan seorang ibu untuk mengalami stres pengasuhan dalam kondisi seperti ini. Menurut Abidin (1995) stres pengasuhan merupakan kecemasan dan ketegangan yang berlebihan dimana berkaitan dengan perannya sebagai orang tua dan interaksinya dengan anak.

Menurut Carstensen (2004) bahwa dukungan sosial merupakan proses psikologis yang berguna untuk menjaga perilaku sehat individu dalam bentuk kekuatan atau dukungan yang bersumber dari orang terdekat dalamnya (dalam Indriani dan Sugiasih, 2016). Hal serupa juga disampaikan oleh Stuart dan Suden (2015) yang mengatakan bahwa salah satu faktor coping stres adalah dukungan sosial (dalam Sapardo, 2019). Pernyataan tersebut juga didukung oleh Doolette dan Phillips (2004) bahwa dukungan sosial terbukti dapat meningkatkan kesehatan mental dan dapat membantu seseorang untuk bertahan dalam kehidupan yang penuh tekanan (dalam Alsubaie, dkk., 2019). Salah satu sumber dukungan sosial yang dapat diperoleh oleh ibu (istri) yaitu dari suami. Menurut Bobak (2002) dukungan sosial suami adalah dorongan untuk memotivasi istri secara moral maupun material (dalam Julianty dan Prasetya, 2016). Oleh karena itu, dukungan sosial suami yang diterima oleh ibu (istri) akan berpengaruh pada tinggi rendahnya stres yang dialami.

Dari beberapa pengertian menurut tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami merupakan salah satu faktor dalam mengatasi stres pengasuhan yang dialami oleh ibu (istri). Dukungan sosial yang diberikan kepada ibu (istri) akan membantu membangun rasa percaya diri

dan harga diri seorang ibu (istri). Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial dari suami memberikan rasa dicintai, dihargai, dan dipedulikan sehingga akan lebih percaya diri mampu untuk mengatasi setiap masalah yang dihadapi.

Sama halnya dengan dukungan sosial, regulasi emosi juga memiliki peran penting bagi tingkat stres seseorang. Dalam hal ini, emosi sering kali berkaitan dengan stres dan seseorang akan menggunakan emosinya untuk mengekspresikan stres yang dialaminya (dalam Karjuniwati 2019). Menurut Gross (2007) regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam menilai, menyelesaikan, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosional..

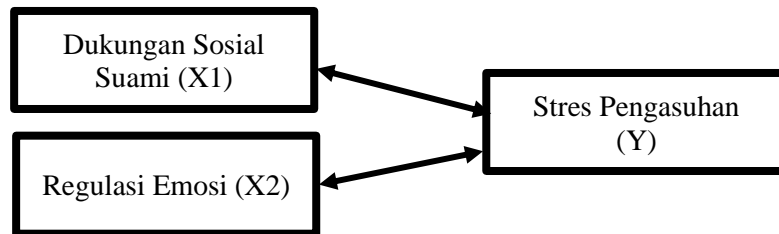
Hal tersebut didukung oleh pernyataan menurut Reivich & Shatte (2002) regulasi emosi merupakan kemampuan yang penting bagi individu agar dapat tetap bersikap tenang meskipun berada dibawah tekanan (dalam Sukmaningpraja dan Santhoso, 2016). Mengingat bahwa saat seseorang stres, maka dirinya berada di kondisi penuh dengan tekanan. Penelitian yang dilakukan oleh Ikasari dan Kristina (2017) menjelaskan bahwa kemampuan regulasi emosi yang tinggi maka stres pengasuhan yang dialami akan rendah.

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan seseorang untuk tenang dan berpikir dengan jernih meskipun dalam keadaan tertekan. Keadaan tertekan sering kali berkaitan

dengan munculnya stres. Apabila, seseorang tidak memiliki regulasi emosi yang baik maka dia akan menunjukkan reaksi emosi yang berlebihan dan melakukan tindakan yang kurang tepat, hal tersebut akan memperparah tingkat stres seseorang.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa stres pengasuhan merupakan keadaan psikologis yang berkaitan dengan peran sebagai orang tua dalam berinteraksi dengan anaknya. Orang tua mengalami stres dikarenakan berada dalam kondisi yang tidak disukai seperti adanya tuntutan dalam mengasuh yang diluar kemampuannya. Terutama bagi seorang ibu, di mana masih banyak terjadi di budaya masyarakat kita, bahwa seorang perempuan yang bertanggung jawab penuh dalam mengasuh anaknya. Sedangkan, tugas mengasuh anak harusnya menjadi tanggung jawab kedua orang tua yaitu istri dan suami. Oleh karena itu, peran suami sangat penting dalam hal ini karena ibu yang menjalankan begitu banyak pekerjaan rentan mengalami stres, dan dukungan dari suami diharapkan mampu untuk mengurangi tingkat stres yang dialami ibu. Karena seorang ibu yang mendapat dukungan maka dapat meningkat rasa percaya diri dalam mengatasi masalah yang dihadapi karena tidak merasa sendirian. Seorang ibu yang sedang mengalami stres juga mengalami banyak emosi yang negatif, emosi yang dirasakan itu jika tidak dikelola dengan baik maka akan berpengaruh pada dirinya dan hubungan dengan anaknya. Oleh karena itu, penting bagi seorang ibu untuk memiliki kemampuan meregulasi emosi yang baik agar dapat tetap berpikir jernih dan bertindak dengan tepat meski

berada dalam kondisi yang tidak disukai.



Gambar 2.8 Hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan

F. Hipotesis

1. Hipotesis Minor

- a) Terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi (H1).
- b) Terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi (H2).

2. Hipotesis Mayor

Terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi (H3).

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Serupa dengan pernyataan tersebut, Sugiyono (2015) menyatakan bahwa metode kuantitatif adalah metode penelitian yang datanya berupa angka dan menggunakan statistik untuk analisisnya.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Peneliti memilih jenis penelitian ini karena ingin mengetahui hubungan antar variabel, oleh karena itu peneliti membutuhkan pendapat bukan hanya dari 1 atau 2 subjek namun banyak subjek yang dapat mewakili populasi penelitian sehingga metode kuantitatif korelasional dianggap sesuai dengan kebutuhan peneliti.

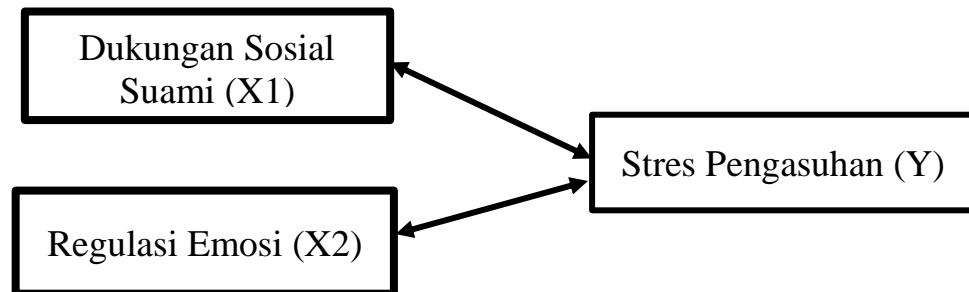
B. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut, sifat, nilai dari orang, objek atau kegiatan yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian menarik kesimpulannya (Sugiyono, 2015).

Penelitian ini, meneliti mengenai hubungan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi. Pada penelitian ini terdapat dua variabel, variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi (X) sedangkan variabel terikat yaitu variabel yang dipengaruhi (Y).

1. Variabel Bebas (X₁) = Dukungan Sosial Suami
2. Variabel Bebas (X₂) = Regulasi Emosi

3. Variabel Terikat (Y) = Stres Pengasuhan



Gambar 3.1 Identifikasi Variabel

C. Definisi Operasional Penelitian

Adapun definisi operasional dalam penelitian ini adalah :

1. Stres Pengasuhan

Stres pengasuhan merupakan kondisi psikologis dalam pengasuhan yang berkaitan dengan peran sebagai orang tua ketika berinteraksi dengan anak yang dirasa tuntutan tugas mengasuh tersebut diluar batas kemampuan orang tua . Untuk melihat stres pengasuhan yang dialami individu dapat dilihat dari tiga aspek yaitu 1) *Parental Distress* merupakan pengalaman pribadi orang tua dalam menjalani peran dan tugasnya mengasuh anak, 2) *Difficult Child* merupakan perasaan orang tua yang berhubungan dengan kesulitan orang tua untuk memahami anaknya dan 3) *Parent-Child Dysfunctional Interaction* merupakan perasaan orang tua yang berhubungan dengan interaksinya bersama anaknya.

2. Dukungan Sosial Suami

Dukungan sosial suami merupakan dukungan yang diterima istri dari suami berupa perhatian, penghargaan, arahan, atau bantuan lainnya (verbal atau non-verbal) yang memberikan kenyamanan dan meningkatkan keyakinan istri dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Bentuk dukungan sosial suami dapat dipahami dari tipe – tipe dukungan sosial yaitu 1) Dukungan emosional merupakan bantuan yang melibatkan emosi seperti empati, kepedulian, dan perhatian, 2) Dukungan Penghargaan merupakan bantuan yang meningkatkan kepercayaan diri dan harga diri istri seperti persetujuan positif atau penguatan positif, 3) Dukungan Instrumental merupakan bantuan nyata yang diberikan langsung seperti uang atau tenaga, dan 4) Dukungan Informasi seperti arahan, nasihat, atau solusi dari suatu masalah.

3. Regulasi emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan yang dimiliki oleh orang tua untuk mengelolah emosi yang memengaruhi dirinya baik secara emosi, cara berpikir, dan perilakunya agar tetap dapat berpikir jernih meskipun berada pada kondisi yang tidak disukai. Untuk melihat kemampuan proses regulasi seseorang, dapat dilihat dari lima aspek berikut 1) *Situation selection* (Pemilihan situasi), kemampuan memilih untuk mendekati atau membatasi dengan situasi yang emosional, 2) *Situation modification* (Modifikasi situasi), berkaitan dengan merubah situasi yang emosional lebih positif, 3) *Attention deployment* (Pemberian

perhatian), kemampuan untuk mengubah perhatiannya dari situasi atau perasaan yang emosional berlebihan, 4) *Cognitive change* (*Perubahan kognitif*), kemampuan untuk tetap berpikir positif sehingga mengurangi pengaruh emosi negatif, dan 5) *Response modulation* (*Modulasi respon*), kemampuan untuk merubah munculnya kecenderungan respon yang emosional.

D. Populasi dan Sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan peneliti untuk dipelajari kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2015). Adapun populasi penelitian ini adalah ibu – ibu yang bekerja dan bertempat tinggal Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak sekolah dasar belajar daring berjumlah 30 subjek. Jumlah tersebut diperoleh setelah peneliti dengan melakukan pendataan kepada setiap ketua RT untuk menentukan jumlah populasi.

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling jenuh dengan sampel total. Pengambilan sampel ini berdasarkan oleh Arikunto (2010) yang menjelaskan jika jumlah subjek dalam penelitian dibawah 100 maka lebih baik jumlah subjek penelitian mengambil jumlah keseluruhan yang ada, apabila subjeknya lebih dari 100 orang maka dapat mengambil 10-15% atau 20-25% atau lebih. Oleh karena itu, jumlah subjek dalam penelitian ini dibawah 100, maka keseluruhan subjek yang berjumlah 30 diambil untuk menjadi sampel dalam penelitian ini.

E. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data digunakan untuk mengumpulkan data, yaitu:

1. Wawancara

Wawancara dilakukan untuk mengumpulkan data ketika peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti (Sugiyono, 2015). Oleh karena itu, peneliti melakukan wawancara untuk menentukan permasalahan utama yang ingin diteliti dalam penelitian. Wawancara dilakukan kepada tiga narasumber yang berinisial K, S, dan T. Wawancara dilakukan secara langsung (tatap muka) dengan narasumber.

2. Kuesioner

Kuesioner adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab (dalam Sugiyono, 2015). Kuesioner dipilih untuk pengambil data dalam penelitian ini karena lebih efisien bagi peneliti untuk mendapatkan data jawaban untuk responden yang banyak. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Kuesioner ini akan diberikan kepada subjek yang termasuk dalam penelitian, kemudian peneliti akan memberikan pernyataan secara tertulis yang dilampirkan dalam kertas untuk dijawab oleh responden. Penilaian pada kuesioner ini menggunakan model skala likert dengan pilihan 4 jawaban yang masing

– masing skor jawaban 1 = sangat tidak sesuai, 2 = tidak sesuai, 3 = sesuai, 4 = sangat sesuai. Skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala dukungan sosial suami, skala regulasi emosi, dan skala stres pengasuhan.

a) Skala Stres Pengasuhan

Skala stres pengasuhan dibuat dengan menggunakan aspek stres pengasuhan menurut Abidin (1995). Adapun aspek stres pengasuhan menurut Abidin (1995) yang terdiri dari aspek 1) *Parental Distress*, 2) *Parent-Child Dysfunction Interactional*, dan 3) *Difficult Child* :

Tabel 3.2 Blueprint Skala Stres Pengasuhan

Aspek	Indikator	Aitem	Jumlah
<i>Parental distress</i>	<i>Feeling of Competence</i> : kemampuan dan pengetahuan dari orang tua dalam perkembangan dan keterampilan manajemen anak	1,7	2
	<i>Social isolation</i> : adanya perasaan terisolasi secara sosial dan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya	2,8,13	3
	<i>Restriction imposed by parent role</i> : adanya perasaan kekecewaan dan kemarahan karena dibatasi dan dikuasai oleh permintaan anak	3,9,14	3
	<i>Relationship with spouse</i> : adanya konflik terkait hubungan orang tua dan strategi manajemen anak	4,10,15	3
	<i>Health of parent</i> : adanya kesehatan orang tua yang menurun akibat efektivitas proses pengasuhan	5,11,16	3

	Parent depression : adanya gejala depresi dan perasaan bersalah yang melemahkan kemampuan orang tua dalam mengasuh anak	6,12,17	3
<i>Difficult Child</i>	<i>Child adaptibility</i> : kesulitan orang tua dalam mengatur anak karena ketidakmampuan anak dalam menyesuaikan diri dengan perubahan fisik dan lingkungan	18,22,26	3
	<i>Child demans</i> : kemampuan orang tua untuk memenuhi permintaan terkait perhatian dan bantuan yang lebih banyak	19,23,27	3
	<i>Child mood</i> : perubahan emosi pada anak yang dirasakan oleh orang tua yang sulit diterima	20,24	2
	<i>Distracbility</i> : adanya perasaan orang tua bahwa anaknya terlalu aktif dan sulit mengikuti perintah	21,25	2
<i>The Parent-Child Dysfunctional Interaction</i>	<i>Child reinforced parent</i> : adanya perasaan tidak nyaman yang muncul dari orang tua dalam berinteraksi dengan anaknya	28,31,34	3
	<i>Acceptability of child to parent</i> : adanya penolakan orang tua terkait karakteristik anak yang tidak sesuai dengan apa yang diharapkan	29,32,35	3
	<i>Attachment</i> : adanya perasaan terganggu akibat kurangnya kedekatan emosional dengan anak.	30,33,36	3
Jumlah Total Item		36	36

b) Skala Dukungan Sosial Suami

Skala dukungan sosial suami dibuat dengan mengacu pada tipe –

tipe dukungan sosial menurut Sarafino (1998). Adapun tipe dukungan sosial menurut Sarafino (1998) terdiri dari 1) Dukungan emosional, 2) Dukungan penghargaan, 3) Dukungan instrumental, dan 4) Dukungan informasi. Berikut blueprint skala dukungan sosial suami :

Tabel 3.3 Blueprint Skala Dukungan Sosial Suami

Tipe Dukungan Sosial Suami	Indikator	Aitem		Jumlah Aitem
		Favorable	Unfavorable	
Dukungan emosional	Bertanya mengenai keadaan istri	5	1,20	3
	Memperhatikan kesehatan istri	4,11	-	2
Dukungan penghargaan	Menyetujui cara istri mendidik anak	19	17	2
	Memberi pujian	14,16	-	2
Dukungan instrumental	Membantu pekerjaan istri	10,15	7,8	4
	Memberikan uang	9	18	2
Dukungan informasi	Memberikan solusi	12,13	-	2
	Menyedikan waktu untuk berdiskusi	3	6,2	3
Jumlah Total Aitem		20		20

c) Skala Regulasi Emosi

Skala dukungan sosial dibuat mengacu pada aspek – aspek regulasi emosi menurut Gross (2007). Adapun aspek regulasi emosi menurut Gross (2001) yang terdiri dari 1) Pemilihan situasi, 2) Modifikasi situasi, 3) Pemberian perhatian, 4) Perubahan kognitif, dan 5) Modulasi reaksi, berikut blueprint Regulasi Emosi :

3.4 Tabel Blueprint Skala Regulasi Emosi

Aspek	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Pemilihan situasi	Menungkapkan keinginan atau perasaan secara terbuka	1,6,26	11,16,21	6
Modifikasi situasi	Mampu merubah suasana kegiatan yang dilakukan lebih positif (Dari situasi yang tegang menjadi lebih rileks)	2,7,27	12,17,22	6
Pemberian perhatian	Mampu mengalihkan perasaan negatif yang dirasakan menjadi perilaku positif	3,8,28	13,18,23	6
Perubahan kognitif	Mampu tetap berpikiran positif	4,9,29	14,19,24	6
Modulasi reaksi	Mampu merubah kecenderungan respon yang berlebihan agar lebih positif	5,10,30	15,20,25	6
Total jumlah item				30

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Instrumen yang valid berarti alat ukur yang digunakan untuk mendapatkan data itu valid. Validitas adalah suatu ukuran yang digunakan untuk menginterpretasi tingkat – tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen (Sugiyanto, 2015). Peneliti menggunakan uji validitas isi dengan menggunakan pendapat dari para ahli (*expert judgments*). Pendekatan ini terdiri dari para ahli atau *subject matter experts* (SME) yang diminta untuk memberikan pernyataan apakah aitem dalam skala yang disusun peneliti sudah bersifat operasional bagi konstruk yang tersebut. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 4 *subject matter experts* yaitu :

Tabel 3.5 SME

No.	SUBJECT MATTER EXPERTS
1.	Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si
2.	Selly Candra Ayu, M.Si
3.	Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si
4.	Novis Solicha, M.Si

Penelitian ini menggunakan data uji coba terpakai. Setelah pengambilan data, peneliti melakukan uji validitas menggunakan SPSS 16.0 for Windows untuk menguji validitas aitem pada instrumen penelitian. Instrumen dikatakan valid jika nilai Person Correlation > r

tabel.

2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas dilakukan bertujuan melihat apakah alat ukur yang digunakan (kuesioner) menunjukkan konsistensi dalam mengukur gejala yang sama (Sugiyono, 2015). Untuk melihat reliabilitas setiap instrumen, peneliti menggunakan *Cronbach's Alpha* yang dianalisa menggunakan software SPSS (*Statistic Package and Social Science*) 016,0 for Windows. Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila *Cronbach's Alpha* $> 0,6$. Berikut hasil dari perhitungan reliabilitas instrumen dalam penelitian ini :

Tabel 3.6 Hasil Uji Reliabilitas Cronbach's Alpha

No.	Variabel	Jumlah Aitem	Cronbach's Alpha
1.	Stres Pengasuhan (Y)	36	0,944
2.	Dukungan Sosial Suami (X1)	20	0,920
3.	Regulasi Emosi (X2)	30	0,872

Berdasarkan tabel hasil uji reliabilitas diatas, diketahui bahwa dari ketiga instrumen tersebut memiliki nilai koefisien Cronbach's Alpha lebih dari 0,6. Pada instrumen skala stres pegasuhan memperoleh nilai koefisien sebesar 0,944, skala dukungan sosial suami memperoleh nilai koefisien sebesar 0,920, dan regulasi emosi memperoleh nilai koefisien sebesar 0,872. Dari hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa instrumen setiap variabel dalam penelitian ini dapat dikatakan

reliabel oleh karena itu data dapat dinyatakan bahwa data penelitian ini reliabel.

G. Analisis Data

1. Uji Normalitas dan Linieritas

Uji normalitas digunakan untuk melihat sebaran data yang diperoleh peneliti dari penelitian, apakah data tersebut berkontribusi normal atau tidak. Untuk mengetahui hal tersebut maka dilakukan uji normalitas menggunakan uji kolmogorov dengan bantuan SPSS 16.0 Windows. Dengan ketentuan apabila nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka data normal, jika nilai signifikansi dibawah 0,05 maka data tidak normal.

Uji linier dilakukan untuk melihat data berkorelasi secara linier atau tidak, maka untuk mengetahui hal tersebut menggunakan bantuan software SPSS 16.0 Windows.

2. Uji Kategorisasi

Uji kategorisasi dilakukan untuk menempatkan subjek ke dalam kelompok – kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinuum berdasarkan atribut yang diukur. Rumus kategorisasi adalah sebagai berikut :

Tabel 3.7 Rumus Kategorisasi

Kategorisasi	Rumus
Tinggi	$(M + 1SD) \leq X$

Sedang	$(M - 1SD) \leq X < (M + 1SD)$
Rendah	$X < (M - 1SD)$

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui hubungan antar variabel. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode analisa regresi linier berganda untuk menguji hipotesis penelitian. Metode ini digunakan untuk menaksir bagaimana keadaan variabel terikat apabila terdapat dua atau lebih variabel bebas sebagai faktor predictornya (Sugiyono, 2015). Berikut penjabaran secara matematis bentuk persamaan dari regresi linier berganda :

$$Y = a + b_1X_1 + b_2X_2 + e$$

Keterangan :

Y : Stres Pengasuhan

a : konstanta

b = koefesien regresi

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Desa Sutojayan beralamat di Jalan Urip Sumoharjo, Kota Pasuruan, Jawa Timur. Desa Sutojayan masuk dalam kelurahan Pohjentrek dan kecamatan Purworejo. Desa Sutojayan terletak dekat samping jalan raya menuju pintu Tol Kota Pasuruan. Desa Sutojayan terdiri dari 1 RW (Rukun Warga) dan 9 (Rukun Tetangga). Penduduk Di dalam area Desa Sutojayan terdapat sekolah madrasah, terdapat 1 masjid, dan 1 mushollah. Desa Sutojayan berbatasan dengan daerah Bukir dan Kebonagung.

2. Waktu dan Tempat

Penelitian ini dilakukan di Desa Sutojayan yang beralamat Jalan Urip Sumoharjo, Kecamatan Purworejo, Kelurahan Pohjentrek, Kota Pasuruan. Pengambilan data penelitian dilakukan selama 7 hari. Dimulai pada hari Sabtu, 1 Mei 2021 kemudian dilanjutkan pada hari Senin tanggal 3 Mei 2021 sampai 8 Mei 2021. Pengambilan data dilakukan siang, sore, atau malam hari.

3. Prosedur Penelitian

Peneliti menyusun skala stres pengasuhan, dukungan sosial suami dan regulasi emosi kemudian melakukan validasi isi kepada 4

SME (subject matter expert). Setelah mendapat penilain dari para ahli, melakukan review ulang sesuai dengan penilain. Setelah melakukan review skala bersama dosen pembimbing, peneliti turun ke lapangan untuk pengambilan data. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan data uji coba terpakai. Peneliti melakukan pengambilan data dengan mendatangi setiap rumah ibu desa sutojayan yang menjadi responden, berjumlah 30 orang. Kemudian, peneliti memberikan skala (hardfile) kepada ibu tersebut untuk di isi.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan bertujuan untuk mengetahui sebaran data yang diberikan kepada responden berdistribusi normal atau tidak. Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan program SPSS 16.0 dengan metode uji Kolmogorov – Smirnov. Hasil pengujian dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel. 4.1
Uji Normalitas Stres Pengasuhan, Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi

N		30
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.57083291
Most Extreme Differences	Absolute	.193
	Positive	.193
	Negative	-.073

Kolmogorov-Smirnov Z		1.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.214

Pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar $0,214 > 0,05$ yang artinya ketiga variabel tersebut berdistribusi normal.

2. Hasil Uji Linieritas

Uji linieritas dilakukan bertujuan untuk mengetahui apakah kedua variabel memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Hasil uji linieritas antara variabel dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan adalah :

Tabel. 4.2
Hasil Uji Linieritas Dukungan Sosial Suami dan Stres
Pengasuhan

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Stres Pengasuhan * Dukungan Sosial Suami	Between Groups	Combined)	5066.000	18	281.444	1.727	.178
		Linearity	2345.212	1	2345.212	14.394	.003
		Deviation from Linearity	2720.788	17	160.046	.982	.528
	Within Groups		1792.167	11	162.924		
	Total		6858.167	29			

Dari tabel 4.2 diperoleh nilai Deviation from Linearity sig sebesar $0,528 > 0,05$, sehingga dapat dinyatakan bahwa antara dukungan sosial suami dan stres pengasuhan memiliki hubungan yang linier.

Tabel. 4.3
Hasil Uji Linieritas Regulasi Emosi dan Stres Pengasuhan

			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Stres Pengasuhan * Regulasi Emosi	Between Groups	Combined	5072.500	17	298.382	2.005	.112
		Linearity	3614.912	1	3614.912	24.293	.000
		Deviation from Linearity	1457.588	16	91.099	.612	.822
	Within Groups		1785.667	12	148.806		
	Total		6858.167	29			

Dari tabel 4.3 diperoleh nilai Deviation from Linearity sig sebesar $0,822 > 0,05$, sehingga dapat dinyatakan bahwa antara regulasi emosi dan stres pengasuhan memiliki hubungan yang linier.

3. Hasil Uji Analisa Kategorisasi

Tabel 4.4
Statistic Deskcriptive

	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Mean Statistic	Standar Deviasi
Stres Pengasuhan	59	113	83.83	15.378
Dukungan Sosial Suami	45	78	61.10	8.066
Regulasi Emosi	70	99	85.47	8.823

Dari tabel 4.4, dapat dilihat bahwa mean statistik dari variabel stres pengasuhan adalah 83,83. Untuk statistik minimumnya sebesar 59

dan untuk statistik maksimumnya sebesar 113. Dan untuk standar deviasi yang diperoleh sebesar 15.378.

Pada hasil mean statistik dari variabel dukungan sosial suami adalah 61.10. Untuk statistik minimumnya sebesar 45 dan untuk statistik maksimumnya sebesar 78. Dan untuk standar deviasi yang diperoleh sebesar 8,066.

Pada hasil mean statistik dari variabel regulasi emosi 85,47. Untuk statistik minimumnya sebesar 70 dan untuk statistik maksimumnya sebesar 99. Dan untuk standar deviasi yang diperoleh sebesar 8,823.

a) Data Descriptive Stres Pengasuhan

$$1) \text{ Tinggi} = \text{Mean} + 1 \text{ SD} \leq X$$

$$= (83,83 + 15,378) \leq X$$

$$= 99,208 \leq X$$

$$2) \text{ Sedang} = \text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$$

$$= (83,83 - 15,378) \leq X < (83,83 + 15,378)$$

$$= 65,452 \leq X < 99,208$$

$$3) \text{ Rendah} = X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$$

$$= X < (83,83 - 15,378)$$

$$= X < 65,452$$

Berdasarkan perhitungan diatas, maka dapat ditentukan besarnya frekuensi untuk setiap kategori berdasarkan skor yang diperoleh. Sebagai berikut :

Tabel 4.5 Hasil Presentasi Kategori Stres Pengasuhan

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Total
Tinggi	$99,208 \leq X$	4	13,3%
Sedang	$65,452 \leq X < 99,208$	21	70%
Rendah	$X < 65,452$	5	16,7%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 4.5 dapat diketahui bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu di Desa Sutojayan yang memiliki tingkat tinggi 4 responden (13,3%), tingkat sedang 21 responden (70%), dan tingkat rendah 5 responden (16,7%).

b) Data Descriptive Dukungan Sosial Suami

$$1) \text{ Tinggi} = \text{Mean} + 1 \text{ SD} \leq X$$

$$= (61,10 + 8,066) \leq X$$

$$= 69,166 \leq X$$

$$2) \text{ Sedang} = \text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$$

$$= (61,10 + 8,066) \leq X < (61,10 + 8,066)$$

$$= 53,034 \leq X < 69,166$$

$$3) \text{ Rendah} = X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$$

$$= X < (61,10 - 8,066)$$

$$= X < 53,034$$

Berdasarkan perhitungan diatas, maka dapat ditentukan besarnya frekuensi untuk setiap kategori berdasarkan skor yang diperoleh. Sebagai berikut :

Tabel 4.6
Hasil Presentasi Kategori Dukungan Sosial Suami

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Total
Tinggi	$69,166 \leq X$	5	16,7%
Sedang	$53,034 \leq X < 69,166$	19	63,3%
Rendah	$X < 53,034$	6	20%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 4.6 dapat diketahui bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu di Desa Sutojayan yang memiliki tingkat tinggi 5 responden (16,7%), tingkat sedang 19 responden (63,3%), dan tingkat rendah 6 responden (20%).

c) Data Descriptive Regulasi Emosi

$$1) \text{ Tinggi} = \text{Mean} + 1 \text{ SD} \leq X$$

$$= (85,47 + 8,823) \leq X$$

$$= 94,293 \leq X$$

$$2) \text{ Sedang} = \text{Mean} - 1 \text{ SD} \leq X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$$

$$= (85,47 - 8,823) \leq X < (85,47 + 8,823)$$

$$= 76,647 \leq X < 94,293$$

$$\begin{aligned}
 3) \text{ Rendah} &= X < \text{Mean} - 1 \text{ SD} \\
 &= X < (85,47 - 8,823) \\
 &= X < 76,647
 \end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas, maka dapat ditentukan besarnya frekuensi untuk setiap kategori berdasarkan skor yang diperoleh. Sebagai berikut :

Tabel 4.7 Hasil Presentasi Kategori Regulasi Emosi

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Total
Tinggi	$94,293 \leq X$	5	16,7%
Sedang	$76,647 \leq X < 94,293$	19	63,3%
Rendah	$X < 76,647$	6	20%
Jumlah		30	100%

Berdasarkan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa tingkat stres pengasuhan pada ibu di Desa Sutojayan yang memiliki tingkat tinggi 5 responden (16,7%), tingkat sedang 19 responden (63,3%), dan tingkat rendah 6 responden (20%).

4. Hasil Uji Hipotesis

a) Hipotesis Minor

1) Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan

Tabel 4.8 Korelasi Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	151.954	18.008		8.438	.000
DUKUNGAN SOSIAL SUAMI (X)	-1.115	.292	-.585	-3.815	.001

Berdasarkan tabel 4.8 dengan melihat pada kolom t dan sig, maka dapat dijelaskan bahwa nilai t hitung $-3,815 > 2,052$ dan nilai signifikansinya $0,001 < 0,05$. Maka, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan stres pengasuhan. Artinya, hipotesis minor pertama yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi diterima.

2) Hubungan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan

Tabel 4.9 Korelasi Regulasi Emosi dengan Stres

Pengasuhan

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	191.985	19.459		9.866	.000
REGULASI EMOSI (X2)	-1.265	.227	-.726	-5.586	.000

Berdasarkan tabel 4.9 dengan melihat pada kolom t dan sig, maka dapat dijelaskan bahwa nilai t hitung $-5,586 > 2,052$ dan nilai signifikansinya $0,000 < 0,05$. Maka, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki hubungan negatif dan signifikan dengan stres pengasuhan. Sehingga, hipotesis minor kedua yaitu terdapat hubungan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi diterima.

b) Hipotesis Mayor

Hipotesis mayor yang terdapat dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar

daring selama masa pandemi. Untuk menguji hipotesis ini, peneliti menggunakan analisis parametrik dengan analisis regresi linier berganda yang menggunakan SPSS 16.0 untuk membantu analisisnya. Adapun hasil dari analisis regresi linier berganda antara variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan.

Tabel 4.10 Model Analisa Regresi Linier Berganda

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.726 ^a	.527	.492	10.955

Berdasarkan analisis tabel 4.10, nilai R yang diperoleh sebesar 0,726 yang menunjukkan adanya hubungan yang kuat secara simultan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi.

Berdasarkan tabel 4.10, dapat dilihat juga bahwa nilai R square yang diperoleh sebesar 0,527. Hal tersebut menjelaskan bahwa variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi dapat menjelaskan variabel stres pengasuhan sebesar 52,7%. 52.7% tersebut menjelaskan besar pengaruh yang diberikan oleh variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi untuk variabel stres

pengasuhan sebesar 52,7% dan sisanya 47,3% dipengaruhi oleh faktor lainnya.

Tabel 4.11 Anova

Model		Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	3617.634	2	1808.817	15,071	.000 ^a
	Residual	3240.533	27	120.020		
	Total	6858	29			

Berdasarkan hasil analisa pada tabel 4.11, dapat dilihat bahwa nilai F hitung sebesar 15,071 lebih besar dari nilai F tabel 3,34 dan tingkat signifikansi yang diperoleh $0,000 < 0,05$. Maka, dapat disimpulkan bahwa variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi secara simultan memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel stres pengasuhan. Sehingga, hipotesis mayor yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi diterima.

**Tabel 4.12 Nilai Koefesien Dukungan Sosial Suami dan
Regulasi Emosi**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	192.189	19.854		9.680	.000
DUKUNGAN SOSIAL SUAMI (X1)	.067	.442	.035	.151	.881
REGULASI EMOSI (X2)	-1.315	.404	-.755	-3.256	.003

Pada tabel 4.12 menunjukkan nilai konstanta adalah 192,189, artinya jika tidak terjadi perubahan atau penambahan nilai ($X=0$) pada variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi, maka stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi sebesar 192.189.

Pada tabel 4.12 Untuk nilai koefesien regresi yang diperoleh dukungan sosial suami sebesar 0,067 yang artinya jika setiap ada penambahan satu nilai atau angka dukungan sosial suami maka akan ada penurunan angka sebesar 0,067 untuk variabel stres pengasuhan. Untuk nilai koefesien regresi yang diperoleh regulasi emosi sebesar 1.315 yang artinya jika terdapat penambahan pada regulasi emosi maka stres pengasuhan akan penurunan dengan nilai sebesar 1.315.

5. Hasil Uji Korelasi Aspek Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan

Tabel 4.13 Korelasi Aspek Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan

Correlations

		DUKUNGAN EMOSIONAL	DUKUNGAN PENGHARGAAN	DUKUNGAN INSTRUMENTAL	DUKUNGAN INFORMASI	TOTAL
DUKUNGAN EMOSIONAL	Pearson Correlation	1	.774**	.747**	.881**	-.528**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000	.000	.003
	N	30	30	30	30	30
DUKUNGAN PENGHARGAAN	Pearson Correlation	.774**	1	.729**	.871**	-.336
	Sig. (2-tailed)	.000		.000	.000	.069
	N	30	30	30	30	30
DUKUNGAN INSTRUMENTAL	Pearson Correlation	.747**	.729**	1	.790**	-.589**
	Sig. (2-tailed)	.000	.000		.000	.001
	N	30	30	30	30	30
DUKUNGAN INFORMASI	Pearson Correlation	.881**	.871**	.790**	1	-.438*
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000		.016
	N	30	30	30	30	30
TOTALY	Pearson Correlation	-.528**	-.336	-.589**	-.438*	1
	Sig. (2-tailed)	.003	.069	.001	.016	
	N	30	30	30	30	30

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Pada tabel 4.13 menunjukkan hubungan dari setiap aspek dukungan sosial suami yang terdiri dari dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Hasilnya menunjukkan

bahwa dari keempat aspek yang memiliki hubungan lebih kuat yaitu aspek dukungan instrumental dengan memperoleh nilai signifikansi $0,001 < 0,05$.

Tabel 4.14 Uji Korelasi Aspek Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan

Correlations

		PEMILIHAN SITUASI	MODIFIKASI SITUASI	PEMBERIAN PERHATIAN	PERUBAHAN KOGNITIF	MODULA SI REAKSI	TOTALY
PEMILIHAN SITUASI	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	1 30	.173 30	.085 30	.375* 30	.430* 30	-.117 30
MODIFIKASI SITUASI	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.173 30	1 30	.494** 30	.732** 30	.733** 30	-.741** 30
PEMBERIAN PERHATIAN	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.085 30	.494** 30	1 30	.510** 30	.461* 30	-.449* 30
PERUBAHAN KOGNITIF	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.375* 30	.732** 30	.510** 30	1 30	.863** 30	-.711** 30
MODULASI REAKSI	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	.430* 30	.733** 30	.461* 30	.863** 30	1 30	-.677** 30
TOTALY	Pearson Correlation Sig. (2-tailed) N	-.117 30	-.741** 30	-.449* 30	-.711** 30	-.677** 30	1 30

Pada tabel 4.14 menunjukkan hasil bahwa dari kelima aspek, yang memiliki hubungan paling erat dengan stres pengasuhan yaitu aspek modifikasi situasi dengan memperoleh nilai sebesar 0,741 dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$.

C. Pembahasan

1. Tingkat Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Stres dapat diartikan suatu kondisi penuh dengan tekanan yang dialami oleh seseorang sehingga mempengaruhi keadaan dirinya terutama secara psikologis. Stres sendiri memiliki berbagai macam jenis, salah satunya stres pengasuhan artinya stres yang dialami oleh orang tua yang berkaitan dengan tanggung jawabnya sebagai orang tua kepada anaknya. Stres ini berkaitan dengan keadaan psikologis seseorang yang disebabkan oleh beberapa stressor yang bermacam-macam.

Pada penelitian ini diperoleh hasil yang sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan pada bab 1. Adapun rumusan masalah dan tujuan penelitiannya adalah tentang tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.

Hasil penelitian menunjukkan untuk frekuensi dan presentase tingkat stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anak

belajar daring selama masa pandemi sebagian besar berada di kategori sedang. Hal tersebut, ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh pada kategori sedang yaitu sebesar 70% dengan jumlah sebanyak 21 responden, sebesar 16,7% untuk kategori rendah dengan jumlah sebanyak 5 responden, dan untuk kategori tinggi memperoleh skor 13,3% dengan jumlah sebanyak 4 responden. Sehingga, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bekerja di Desa Sutojayan merasakan stres pengasuhan pada tingkat sedang sebesar 70% artinya ibu mengalami stres namun masih dapat mengatasi kondisi yang menyebabkan stres pengasuhan yang dialaminya ketika mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi. Dan yang mengalami stres pengasuhan tinggi hanya 13,3% yang artinya ibu tersebut mengalami stres pengasuhan yang berat. Untuk kategori tinggi sebanyak 16,7% artinya ibu yang berada di kategori ini tidak mengalami stres pengasuhan.

2. Tingkat Dukungan Sosial Suami pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Sebagai manusia sosial sering kali seseorang membutuhkan dukungan dari orang lain. Dukungan sendiri memiliki jenis atau sumber dukungan yang berbagai macam seperti dukungan keluarga, teman, atau pasangan. Oleh karena itu, dukungan sosial suami merupakan dukungan yang diberikan oleh suami kepada istrinya. Artinya, pasangan dapat membantu memberikan dukungan baik

verbal maupun non verbal kepada pasangannya. Hal tersebut karena perilaku individu dalam suatu hubungan dapat mempengaruhi individu lain (dalam Ermer dan Proulx, 2018).

Pada penelitian ini diperoleh hasil yang sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan pada bab 1. Adapaun rumusan masalah dan tujuan penelitiannya adalah tentang tingkat dukungan sosial suami pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.

Hasil penelitian menunjukkan untuk frekuensi dan presentase tingkat dukungan sosial suami pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi sebagian besar berada di kategori sedang. Hal tersebut, ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh pada kategori sedang yaitu sebesar 63,3% dengan jumlah sebanyak 19 responden, sebesar 16,7% untuk kategori tinggi dengan jumlah sebanyak 5 responden, dan untuk kategori rendah memperoleh skor 20% dengan jumlah sebanyak 6 responden. Sehingga, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bekerja di Desa Sutojayan menerima dukungan sosial suami pada tingkat sedang artinya ibu mendapat dukungan dan bantu dari suami cukup baik ketika mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi. Dan ibu yang berada pada kategori dukungan sosial suami tinggi sebesar 16,7% yang artinya ibu menerima dukungan sosial dari suami sangat

baik. Untuk kategori rendah sebanyak 20% artinya ibu merasa kurang mendapatkan dukungan dari suaminya.

3. Tingkat Regulasi Emosi pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam mengelola emosinya. Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam menilai, menyelesaikan, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosional.

Pada penelitian ini diperoleh hasil yang sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian yang sudah dipaparkan pada bab 1. Adapun rumusan masalah dan tujuan penelitiannya adalah tentang tingkat regulasi emosi pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi.

Hasil penelitian menunjukkan untuk frekuensi dan presentase tingkat regulasi emosi pada ibu bekerja yang mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi sebagian besar berada di kategori sedang. Hal tersebut, ditunjukkan dengan hasil skor yang diperoleh pada kategori sedang yaitu sebesar 63,3% dengan jumlah sebanyak 19 responden, sebesar 16,7% untuk kategori tinggi dengan jumlah sebanyak 5 responden, dan untuk kategori rendah memperoleh skor 20% dengan jumlah sebanyak 6 responden.

Sehingga, hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu bekerja di Desa Sutojayan memiliki kemampaun regulasi emosi pada tingkat sedang artinya ibu memiliki kemampaun mengelola emosinya dengan cukup baik. Dan ibu yang berada pada kategori regulasi emosi tinggi sebesar 16,7% yang artinya ibu tersebut memiliki kemampuan mengelolah emosinya dengan sangat baik. Untuk kategori rendah sebanyak 20% artinya ibu kurang dapat mengelolah emosi terutama dalam situasi yang tida disukainya.

4. Perspektif Realita Relasi Hubungan Suami Istri di Desa Sutojayan Kota Pasuruan

Berdasarkan hasil dari pemaparan hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan suami dibutuhkan oleh istri terutama ketika istri berada dalam kondisi yang penuh dengan tekanan. Dukungan yang diberikan oleh suami kepada istrinya dapat mempengaruhi keadaan emosional istir maupun perilaku dan pengambilan keputusan yang akan diambil oleh istri. Hal tersebut, didukung oleh pernyataan Gottlieb dan Berken (2010) dukungan sosial merupakan informais (verbal atau non-verbal), saran, bantuan yang nyata yang diterima oleh seseornag yang dapat mempengaruhi penerimanya baik secara emosional mapun tindakan.

Dari hasil penelitian, menunjukkan bahwa rata-rata responden berada dikategori sedang untuk dukungan sosial suami. Hal tersebut menunjukkan, ibu – ibu di Desa Sutojayan sudah memperoleh

dukungan cukup baik dari pasangannya. Artinya, rata – rata suami di Desa Sutojayan sudah memberikan dukungan yang baik kepada istrinya.

Sehingga, dapat disimpulkan bahwa rata-rata hubungan dari suami istri di Desa Sutojayan termasuk hubungan yang harmonis. Hal tersebut, menunjukkan bahwa laki-laki (suami) di Desa Sutojayan mampu memberikan dukungan yang baik kepada istri dan menciptakan relasi yang harmonis dengan istrinya. Hubungan suami istri yang terjalin dengan baik dan dinamis maka memberikan dampak yang positif bagi satu sama lain. Salah satunya bagi istri yang harus mengurus anak sekaligus juga sebagai pekerja.

Bentuk dukungan rata-rata yang banyak diberikan para suami di Desa Sutojayan adalah bentuk dukungan instrumental. Dukungan instrumental yang diberikan kepada istri dapat berupa bantuan tenaga seperti membantu pekerjaan istri, membantu menggantikan istri untuk mendampingi anak belajar dan ada juga bantuan uang seperti memberikan uang untuk membeli keperluan anak sekolah. Namun, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan penghargaan masih kurang diberikan oleh suami kepada istri seperti memberikan pujian kepada istri dan dukungan ini cenderung lebih ke arah dukungan verbal. Dan bagi responden yang mengalami stres pengasuh tinggi menunjukkan dari keempat aspek dukungan sosial suami ia memperoleh dukungan dibawah rata-rata dan cenderung

memiliki hubungan yang kurang harmonis dengan pasangan. Keharmonisan tersebut dapat dijelaskan dari empat aspek dukungan sosial suami tersebut yaitu komunikasi dan keterbukaan satu sama lain dalam menjalankan rumah tangga terutama dalam kegiatan pengasuhan anak.

Sehingga, dapat disimpulkan bahwa hubungan para suami di Desa Sutojayan memiliki komunikasi yang baik dengan istri dan saling terbuka sehingga mereka para suami memahami dan memberikan dukungan yang dibutuhkan oleh istrinya untuk membantu meringankan atau menyelesaikan permasalahan yang dialaminya. Hal tersebut didukung oleh Lundbald dan Hasson (2006) bahwa kemampuan komunikasi berpengaruh kepada peningkatan kualitas hubungan, penyelesaian masalah dalam situasi yang rumit, kesehatan mental dan fisik, dan membuat kinerja lebih baik (dalam Haris dan P. Anessh, 2018).

Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dengan adanya kesetaraan gender yang ditunjukkan dalam hubungan suami istri di Desa Sutojayan. Artinya, tugas pengasuhan anak tidak dibebankan sepenuhnya kepada pihak wanita. Hasil penelitian juga menjelaskan bahwa suami lebih memberikan dukungan instrumenal yaitu dukungan suami kepada istri berupa bantuan uang maupun tenaga dengan membantu pekerjaan istri dan mengasuh anak selama anak belajar daring.

Sehingga para ibu mampu mengatasi stres yang dialaminya meski ia harus menjalankan beberapa pekerjaan. Hal tersebut didukung oleh Lee dan Duxbury (1998) bahwa hubungan yang positif antara dukungan sosial dan keseimbangan pekerjaan – keluarga (dalam Hasna dkk., 2020). Artinya seseorang yang memperoleh dukungan secara nyata dan dukungan secara emosional dari pasangannya akan lebih mampu menyeimbangkan tanggung jawab gandanya.

5. Hubungan Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Hasil analisa antara variabel dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan mendapatkan nilai t tabel sebesar $-3,815 > 2,052$ lebih besar dari t tabel dan nilai signifikansi sebesar $0,001 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan signifikan dengan arah negatif antara variabel dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Hal tersebut menunjukkan dukungan sosial suami berhubungan erat terhadap naik turunnya stres pengasuhan. Sehingga dapat dikatakan, dukungan sosial dapat membantu menurunkan tingkat stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan

Apabila melihat koefisien korelasi pada standardized yang menunjukkan nilai dukungan sosial suami sebesar $-0,585$ dibandingkan nilai regulasi emosi sebesar $-0,726$, artinya dukungan sosial suami memberi sumbangsih skor yang lebih kecil yaitu $-0,585$ terhadap naik turunnya stres pengasuhan dibandingkan regulasi emosi yang memberi sumbangsih sebesar $-0,726$. Menurut Agneessens, Weage, dan Leaves (dalam Pradana dan Kustanti, 2017) bahwa keefektifan dukungan yang dibutuhkan oleh seseorang tergantung dari sumber yang memberi dukungan. Artinya, apabila suami dapat memberikan dukungan kepada istri baik dukungan secara emosional, penghargaan, uang, atau tenaga dengan seimbang dan mudah dipahami oleh ibu (istri) maka seorang istri akan lebih mudah untuk merasakan dukungan yang diberikan oleh suaminya tersebut.

Penelitian yang menunjukkan bahwa hubungan signifikan antara dukungan sosial dan stres pengasuhan oleh Olianda dan Rizal (2020) yang memaparkan bahwa dukungan sosial memberikan pengaruh secara parsial lebih kecil dibanding variabel yang lain yaitu *hardinnes*, dimana dukungan sosial hanya memberi sumbangsih sebesar 17,6% dan *hardinnes* 21,4%. Kecilnya nilai koefisien korelasi parsial untuk model dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja di Desa Sutojayan bisa dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak terdapat dalam penelitian.

Berdasarkan hasil penemuan dalam penelitian ini dan hasil penelitian terdahulu maka dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial suami memiliki arah hubungan yang negatif. Artinya apabila dukungan sosial meningkat maka stres pengasuhan menurun dan apabila dukungan sosial turun maka terjadi peningkatan pada stres pengasuhan. Namun korelasi dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja di Desa Sutojayan memiliki korelasi yang kecil dibandingkan regulasi emosi terhadap stres pengasuhan ibu bekerja di Desa Sutojayan. Akan tetapi, agar dukungan sosial meningkat maka dapat dilakukan beberapa upaya seperti membangun komunikasi yang terbuka antara suami dan istri agar lebih memahami satu sama lain, suami dapat memberikan penghargaan atas pekerjaan istrinya.

6. Hubungan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Hasil analisa antara variabel dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan mendapatkan nilai t tabel sebesar $-5,586 > 2,052$ lebih besar dari t tabel dan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan signifikan dengan arah negatif antara variabel regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Hal tersebut

menunjukkan regulasi emosi berhubungan erat dengan naik turunnya stres pengasuhan. Sehingga, jika regulasi emosi meningkat maka dapat menurunkan tingkat stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Begitupun sebaliknya, jika regulasi emosi turun maka stres pengasuhan naik.

Apabila melihat koefisien korelasi pada standardized yang menunjukkan nilai regulasi emosi sebesar $-0,726$ dibandingkan nilai dukungan sosial suami sebesar $-0,585$, artinya regulasi emosi memberi sumbangsih skor yang lebih besar yaitu $-0,726$ terhadap naik turunnya stres pengasuhan dibandingkan dukungan sosial suami yang memberi sumbangsih sebesar $-0,585$.

Temuan penelitian tersebut juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Hafshah dan Pratiwi (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dengan stres pengasuhan dan memiliki hubungan dengan arah negatif. Artinya, apabila regulasi emosi meningkat maka stres pengasuhan akan menurun. Begitupun sebaliknya, apabila regulasi emosi menurun maka stres pengasuhan akan mengalami peningkatan. Hal tersebut dikarenakan regulasi emosi memiliki pengaruh dengan naik turunnya stres pengasuhan yang dialami oleh ibu bekerja di Desa Sutojayan.

Kemampuan regulasi emosi berkaitan dengan menghasilkan, memelihara atau mengatur emosi ataupun mengatur perilaku yang berhubungan dengan emosi. Hal tersebut didukung oleh Gross (2007) menyatakan bahwa regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh seseorang dalam menilai, menyelesaikan, mengelola serta mengekspresikan emosi secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosional.

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini dan penelitian terdahulu, maka dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi memiliki korelasi yang kuat untuk mempengaruhi stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Sehingga kemampuan regulasi emosi yang dimiliki dapat ditingkatkan untuk membantu mengatasi stres pengasuhan yang sedang dialami, dapat menjadi cara untuk memiliki pola pikir yang lebih positif dalam menghadapi masalah, dapat menjadi kontrol dalam pengambilan keputusan maupun perilaku ketika berada dalam kondisi yang tidak disukai sehingga tetap berpikir jernih dan tenang terutama saat sedang menghadapi anaknya.

7. Hubungan Dukungan Sosial Suami dan Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan pada Ibu Bekerja yang Mendampingi Anak Belajar Daring Selama Masa Pandemi

Hasil analisa regresi linier berganda antara variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan, diketahui untuk nilai R (koefisien korelasi) adalah 0,726 dengan taraf signifikansi $0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan kuat yang signifikan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja yang mendampingi anaknya belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan. Hal tersebut, menunjukkan bahwa hipotesis mayor diterima yaitu terdapat hubungan antara dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan pada ibu bekerja Desa Sutojayan Kota Pasuruan yang memiliki anak usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi diterima.

Kemudian untuk nilai koefisien determinasi R square = 0,527. Hasil tersebut menunjukkan bahwa 52,7% keragaman dari variabel stres pengasuhan dapat dijelaskan oleh kedua variabel bebas yaitu dukungan sosial suami dan regulasi emosi. 52,7% memiliki arti bahwa besar pengaruh diberikan oleh variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi untuk mempengaruhi stres pengasuhan sebesar 52,7% dan sisanya 47,3% dipengaruhi oleh variabel yang lain.

Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa variabel dukungan sosial suami dan regulasi emosi secara simultan memberikan pengaruh sebesar 52,7%, sisanya 47,3% dipengaruhi oleh faktor yang lainnya. Menurut Abidin (1995) ada 3 hal yang dominan dalam penyebab stres pengasuhan, yaitu 1) karakteristik anak, 2) karakteristik orang tua, dan 3) situasi demografik. Karakteristik anak dalam hal ini mencakup kemampuan anak beradaptasi, level hiperaktivitas, permintaan anak (tuntutan kepada orang tua), temper tantrum. Pada karakteristik orang tua seperti keadaan emosional, sentuhan atau sikap kepada anak, keterampilan dalam mengasuh anak termasuk pengetahuan orang dalam mengasuh anak. Pada faktor stres lingkungan kehidupan meliputi pergantian pekerjaan, pernikahan dan perceraian, serta anggota keluarga. Sehingga, sumbangsih predictor lain sebesar 47,3% mungkin saja dipengaruhi oleh beberapa faktor diatas.

Selanjutnya, diketahui bahwa variabel bebas yang lebih memiliki hubungan yang kuat secara simultan dengan stres pengasuhan yaitu variabel regulasi emosi karena memiliki nilai signifikansi $0,003 < 0,05$. Sehingga dapat diketahui bahwa variabel predictor yang memiliki hubungan paling erat dengan stres pengasuhan adalah regulasi emosi. Jika merujuk kepada teori Abidin (1995) bahwa ada 3 faktor yang mempengaruhi stres pengasuhan yang dialami orang tua, maka regulasi emosi sesuai dengan faktor

karakteristik orang tua (individu). Dan untuk dukungan sosial suami sesuai dengan faktor situasi demografik, dimana menurut Abidin (1995) faktor situasi demografik berkaitan mengenai hubungan pribadinya baik dalam pernikahan, pekerjaan dan lainnya.

8. Uji Korelasi Aspek Dukungan Sosial Suami dengan Stres Pengasuhan

Hasil uji aspek dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan menunjukkan bahwa dari keempat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi yang memiliki hubungan lebih kuat dengan stres pengasuhan yaitu aspek dukungan instrumental.

Adapun dukungan instrumental yang diberikan oleh suami berupa memberikan bantuan keuangan untuk membeli kebutuhan sekolah anak, membantu pekerjaan istri, dan membantu istri untuk mendampingi anak belajar daring selama masa pandemi. Artinya dukungan instrumental lebih banyak diterima dan berpengaruh terhadap stres pengasuhan yang dialami oleh ibu.

Hasil tersebut juga menunjukkan bahwa dukungan penghargaan memiliki hubungan yang lebih lemah dengan stres pengasuhan. Oleh karena itu para suami dapat lebih meningkatkan untuk memberikan dukungan penghargaan kepada istri. Dukungan tersebut dapat berupa memberikan pujian atas pekerjaan istri,

memberikan motivasi yang dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam menjalankan pekerjaan maupun perannya.

9. Uji Korelasi Aspek Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan

Hasil uji aspek regulasi emosi dengan stres pengasuhan menunjukkan bahwa dari kelima aspek yaitu pemilihan situasi, modifikasi situasi, pemberian perhatian, perubahan kognitif dan modulasi rekasi, yang memiliki hubungan lebih kuat dengan stres pengasuhan yaitu modifikasi situasi. Modifikasi situasi merupakan kemampuan untuk merubah suatu kegiatan yang memberikan efek negatif menjadi lebih positif seperti ketika mendampingi anak dan anak sulit untuk memahami pelajaran sehingga ibu merasa emosi maka diselipkan candaan agar lebih rileks.

Dari hasil uji tersebut menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi aspek pemilihan situasi memiliki hubungan yang paling lemah dengan stres pengasuhan. Hal tersebut menunjukkan bahwa kemampuan pemilihan situasi tidak terlalu memberikan pengaruh pada stres pengasuhan yang dialami oleh ibu. Oleh karena itu, responden dapat meningkatkan kemampuan regulasi emosi pada aspek pemilihan situasi seperti belajar untuk terbuka mengenai kondisi yang dirasakannya ketika berada pada situasi tertentu yang tidak menyenangkan dengan cara yang baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Setelah menganalisa dan membahas hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab 4, maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Rata – rata ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan memiliki tingkat stres pengasuhan dalam kategori sedang sebesar 70% berjumlah 21 responden. Untuk ibu dengan kategori tinggi stres pengasuhan sebesar 13,3% berjumlah 4 responden, dan sebanyak 16,7% yang berada dalam kategori stres pengasuhan rendah berjumlah 5 responden.
2. Rata – rata ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan memiliki tingkat dukungan sosial dari suami dalam kategori sedang sebesar 63,3% berjumlah 19 responden. Untuk ibu dengan kategori dukungan sosial suami yang tinggi sebesar 16,7% berjumlah 5 responden, dan sebanyak 6% yang berada dalam kategori dukungan sosial suami rendah berjumlah 6 responden.
3. Rata – rata ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan memiliki tingkat regulasi emosi dalam kategori sedang sebesar 63,3% berjumlah 19responden. Untuk ibu dengan kategori

dukungan sosial suami yang tinggi sebesar 16,7% berjumlah 5 responden, dan sebanyak 6% yang berada dalam kategori dukungan sosial suami rendah berjumlah 6 responden.

4. Dukungan sosial suami memiliki hubungan yang signifikan dengan arah negatif terhadap stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan, dibuktikan dari hasil nilai signifikansi $0,001 < 0,05$. Koefisien korelasi untuk dukungan sosial suami dan stres pengasuhan 0,585 artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan taraf keeratan sedang. Sehingga hipotesis minor pertama yaitu terdapat hubungan dukungan sosial suami dengan stres pengasuhan diterima.
5. Regulasi emosi memiliki hubungan signifikan dengan arah negatif terhadap stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan, dibuktikan dari hasil nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Koefisien korelasi untuk dukungan sosial suami dan stres pengasuhan 0,726 artinya terdapat hubungan yang signifikan dengan taraf keeratan tinggi. Sehingga hipotesis minor kedua yaitu terdapat hubungan regulasi emosi dengan stres pengasuhan diterima.
6. Dukungan sosial suami dan regulasi emosi memiliki korelasi yang signifikan terhadap stres pengasuhan ibu bekerja yang mendampingi anak dengan usia sekolah dasar belajar daring selama masa pandemi di Desa Sutojayan Kota Pasuruan dengan nilai signifikansi yang diperoleh

sebesar $0,000 < 0,05$. Artinya jika dukungan sosial suami dan regulasi emosi meningkat maka stres pengasuhan menurun. Serta, secara simultan memberikan kontribusi terhadap stres pengasuhan sebesar 52,7%. Sehingga hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu terdapat hubungan dukungan sosial suami dan regulasi emosi dengan stres pengasuhan diterima.

B. Saran

1. Untuk Orang tua

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan sebagai evaluasi ibu untuk lebih mempersiapkan diri ketika harus dihadapkan kembali dengan situasi dan kondisi yang sama seperti saat ini atau berbeda, agar dapat mengambil tindakan yang tepat. Untuk suami, diharapkan agar dapat meningkatkan dukungan penghargaan yang kepada istri seperti memujinya, mendukung cara istri bekerja atau mendidik anaknya.

2. Untuk Penelitian Selanjutnya

- a) Perlu untuk dibuatkan kembali alat ukur (instrumen) yang lebih baik agar hasil pengukuran lebih akurat.
- b) Perlu dilakukan uji coba dahulu setelah alat ukur dibuat agar hasil data yang diperoleh lebih baik.
- c) Perlu untuk menggali data lebih dalam lagi mengenai permasalahan yang terjadi di tempat penelitian.
- d) Perlu dilakukan kepada jumlah subjek yang lebih banyak agar memperoleh data yang lebih akurat.

- e) Dalam penelitian ini terdapat 47,3% faktor lain yang dapat mempengaruhi kinerja. Sehingga perlu dilakukan penambahan variabel predictor lain yang dapat memprediksi lebih akurat mengenai penurunan tingkat stres pengasuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index, edisi 3*. Odessa, FL: Psychological Assesment Resources.
- Ahern, S. (2004). Psychometric Propeties of The Parenting Stress Index-Short Form. Thesis.
- Alsubaie, M., Stain, H., Webster, L., & R, W. (2019). The Role of Source of Social Suport on Depression and Quality of Life for University Student. *International Journal of Adolescence and Youth*, 1-13.
- Andrian, D., Sumintardja, E. N., & & Abdurachman, M. (2019). Parenting Stress dan Parenting Alliance pada Ibu yang Menjadi Warga Binaan Pemasyarakatan. *Journal Psychology of Science and Profession, Vol 3 No.3*, 161-166.
- Ardiansyah, R. Y., & Meiyuntariningsih, &. (2016). Dukungan Sosial Suami, Konflik Peran Ganda dan Stress Kerja Wanita Karir. *Jurnal Psikologi Indonesia, Vol.5 No.1*, 92-98.
- Arikunto, S. (2010). *Manejemen Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Brown, S. M., Doom, J. R., Pena, S. L., Watamura, S. E., & Kopples, T. (2020). Stress and Parenting during The Global Covid-19 Pandemic. *Running head: Parenting, Stress, and Covid-19*.
- Cahyono, B. (2020, 30 Juni Selasa). *Psikologi Kreatif DIBUTUHKAN ATASI STRES IBU RUMAH TANGGA DI TENGAH PANDEMI*. Retrieved from AyoJakarta.com: <https://m.ayojakarta.com/read/2020/06/30/20598>
- Carapito, E., Ribeiro, M. T., Pereira, A. I., & & Roberto, M. S. (2018). Parenting Stress and Preschoolers' Socio-Emotional Adjustment: The Mediating Role of Parentng Styles in Parent-Child Dyads. *Journal of Family Studies*, 2-18.
- Chung, G., Lanier, P., & Wong, P. Y. (2020). Mediating Effects of Parental Stress on Harsh Parenting and Parent-Child Relationship during Coronavirus (COVID-19) Pandemic in Singapore. *Journal of Family Violence*.
- Cooper, C. E., McLanahan, S. S., & & Meadows. (2009). Family structure transitions and maternal parenting stress. *Journal of Marriage and Family*, 71 (3), 558-574.
- Dellve, L., Samuelsson, L., Tallborn, A., Fasth, A., & & Hallberg, L. R. (2006). Stress and well being among parents of children with rare diseases: A prospective intervention study. *Journal of Advanced Nursing*, 53(4), 392-402.

- Esmiati, A. N., & Kusumadewi, I. (2016). Dukungan Sosial pada Istri yang Studi Lanjut. *Psikosains (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)*, Vol.11 No.1, 63-71.
- Gangai, K. N., & Mahakud, G. (2018). Stress Management : Concept and Approaches. *The International Journal Of Humaties & Social Studies Vol 1*, 1-5.
- Gani, I. A., & Kumalasari, D. (2019). Be Minfull, Less Stress: Studi Tentang Minful Parenting dan Stres Pengasuhan pada Ibu dari Anak Usia Middle Chidhood di Jakarta. *Jurnal Psikologi, Volume 15 Nomor 2*, 98-107.
- Gitiyarko, V. (2020, 7 Juli Selasa). *SE Mendikbud tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Selama Pandemi Covid-19*. Retrieved from Kompas Pedia: <https://kompaspedia.kompas.id/baca/data/dokumen/se-mendikbud-tentang-pelaksanaan-kebijakan-kemendikbud-pendidikan-selama-pandemi-covid-19>
- Gross, J. (2007). *Handbook of emotion regulation*. New York: Guildford Press.
- Hafsah, N., & Pratiwi, A. (2021). A Challenge in Parenting : The Relation Between Parenting Stres and Regulation Emotion in Parent with Preschool Children. *Proceeding International Conference, Scince, Technology, Education, Children and Health (ICISTECH)*, Vol 1 No.1, 210-216.
- Hapsari, R. D. (2019). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Tingkat Stres Orang Tuadengan Anak Penderita Autisme. *Psyhe: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Lampung*, 74-86.
- Harris, F., & P, A. K. (2018). Marital Satisfacation and Communication Skills among Married Couples. *Indian Journal of Social Research*, Vol. 59 (1), 35-44.
- Hasna, A., Wibowo, M. E., & Mulawarman, M. (2020). The Relationship of Self - Efficacyand Social Support on Work-Family Balance. *Islamic Guidance and Counseling Journal*, Vol 3 (1), 18-25.
- Holly, L. E., Fanley, A. R., Kritikos, T. K., Merson, R. A., Abidin, R. R., & Langer, D. A. (2019). Evidence-Base Update for Parenting Stress Measures in Clinical Samples . *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 0 (0), 1-21.
- Hsio, Y.-J. (2017). Parental Stress in Families of with Disabilities. *Intervention in School and Clinical*, 1-5.
- Ikasari, A., & Kristiana, I. F. (2017). Hubungan Antara Regulasi Emosi dengan Stres Pengasuhan Ibu Yang Memiliki Anak Cerebal Palsy. *Jurnal Empati*, Vol.6 No.4, 323-238.

- Indriani, D., & Sugiasih, I. (2016). Dukungan Sosial dan Konflik Peran Ganda Terhadap Kesejahteraan Psikologis Karyawan PT.SC Enterprises Semarang. *Proveksi, Vol.11 (1)*, 46-54.
- Jarymowicz, M. T., & Imbir, K. K. (2014). Toward a Human Emotions Taxonomy (Based on Their vs Reflective Origin). *Emotion Review, Vol. 0, No.0*, 1-6.
- Julianty, E., & Prasetya, B. E. (2016). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dengan Konflik Peran Ganda pada Guru Wanita di Kabupaten Halmahera Barat. *Jurnal Psikologi [erceptual, Vol 1 No.1]*, 27-39.
- Karjuniwati. (2019). Pengaruh Pelatihan Regulasi Emosi trhadap Pengurangan Stres dan Peningkatam Optimisme pada Pengangguran di Yogyakarta. *Psikoislamedia, vol 4*, 72-81.
- Lavee, Y., Sharlin, S., & Katz, R. (1996). The effect of parenting stress on marital quality: an integrated mother-father model. *Journal Family Issues*, 114-135. <https://doi.org/10.1177/019251396017001007>.
- Lavi, I., Manor-Binyamini, I., Seibert, E., Katz, L. F., Ozer, E. J., & Gross, J. J. (2019). Broken bonds : A meta-analysis of emotion reactivity and regulation in emotionally maltreating parents. *Child Abuse and Neglect*, 88, 376-388. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.11.016>.
- Lennarz, H. K., Hollestein, T., L, A. A., Kuntsche, E., & Granic, I. (2018). Emotion Regulation in Action: Use, Selection, and Succes of Emotion Regulation in Adolescents Daily Lives. *International Journal of Behavioral Development*, 1-11.
- Listiyandini, R. A. (2018). Peran Dukungan Suami bagi Kesejahteraan Psikologis Jurnal Perempuan. *Jurnal Psikogenesis, Volume 6 No.1* , 35-45.
- Luo, J., Wang, M., Gao, Y., & Zeng, H. d. (n.d.). Refening the Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF) in Chinese Parents. *Assesment* , 1-16.
- Marliani, R., Nasrudin, E., Rahmawati, R., & Ramdani, Z. (2020). Regulasi Emosi, Stres dan Kesejahteraan Psikologis: Studi Pada Ibu Work from Home dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Sifat Psikometri dari Konstruksi Psikologis (Reseachgate)*.
- Miller, J., Cooley, M. E., & Adkins, B. P. (2020). Examining the Impact of COVID-19 on Parental Stress: A Study of Foster Parents. *Child and Adolescent Social Work Journal* .
- Montana, J. I., M, G.-M., Maisto, M., Mavrodiev, P. A., Cavalera, C. M., Diana, B., . . . & Realdon, O. (2020). The Benefits of Emotion Regulation Interventions in Virtual Reality for The Improvement of Wellbeing ini

- Adults and Older Adults: A Systematic Review. *Journal of Clinical Medicine*, 9, 2-22.
- Mulyana, O. P., Izzati, U. A., Budiani, M. S., & dkk. (2020). Pelatihan Regulasi Emosi untuk Meningkatkan Strategi Regulasi Emosi pada Mahasiswa Psikologi FIP UNESA yang terdampak Pandemi Covid-19. *JURPIKAT (Jurnal Psikologi Pengabdian kepada Masyarakat)* Vol. 1 No.3, 249-261.
- Munawroh, L., & Amalia, S. (2019). Keberfungsian Keluarga dengan Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Autistic Spectrum Disorder (ASD). *Jurnal insight Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Jember*, Vol.15, No.2, 249-271.
- Olianda, R. A., & Rizal, G. L. (2020). Hubungan antara Hardiness dan Dukungan Sosial terhadap Stres Pengasuhan Ibu yang Memiliki Anak Tunagratha. *Journal of Elementary Education*, Vol.4 (2), 69-79.
- P, S., & L, P. B. (2019). Inter-Gender and Intra-Gender Differences of Parenting Stress among Mothers of Children with Special Needs and Normal Children. *Interational Journal of Psychology*, Vol 7 (4), 231-232.
- Pradana, A. P., & Kustanti, E. R. (2017). Hubungan Antara Dukungan Sosial Suami dengan Psychological Well-Being pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme. *Journal Empati Volume 6*, No.2, 81-90.
- Purwadi, Alhadi, S., Supriyanto, A., Saputra, W. N., Mulyana, S., & & Wahyudi, A. (2020). Aggression Among Adolescents: The Role of Emotion Regulation. *Humanitas Indonesia Psychocological Journal*, Vol 17, No.2, 132-139.
- Putri, C. I., & Primana, L. (2017). Pelatihan Regulasi Emosi Anak Usia Prasekolah (3-4 Tahun). *Jurnal Pendidikan Anak*, Vol 6 Edisi 2, 190-202.
- Sa'diyah, S. (2016). Gambaran Psychological Well-Being dan Stres Pengasuhan Ibu dengan Anak Autis. *Psychology Forum UMM*, 394-399.
- Sa'idah, S., & & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficay dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan*, Vol.7 No.2, 116-122.
- Sapardo, F. J. (2019). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Koping Stres Pada Mahasiswa Merantau Ynag Bekerja. *Psikoborneo*, 217-224.
- Sarafino, E. P. (1998). *Healthy Psychology*, edisi 3. New York: Wiley .
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Pendidikan: Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Ward, K. P., & Lee, S. J. (2020). Mothers' and Fathers' Parenting Stress, Responsiveness, and Child Wellbeing among Low-Income Families. *Children and Youth Services Review*, 1-9.
- Widarsson, M., Engström, G., Rosenblad, A., Kerstis, B., Edlund, B., & Lundberg, P. (2013). Parental stress in early parenthood among mothers and fathers in sweden. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27, 839-847. doi: 10.1111/j.1471-6712.2012.01088.x.

LAMPIRAN

ANGKET PENELITIAN

Petunjuk Pengisian !

Ibu diminta untuk membaca dengan seksama setiap pernyataan dibawah ini. Untuk **menjawabnya cukup berikan tanda ceklist () pada kolom yang tersedia**. Tidak ada jawaban yang salah, semua jawaban adalah benar. Jika tidak ada pernyataan yang sesuai dengan diri Ibu, maka pilihlah pernyataan yang mendekati untuk menggambarkan diri Ibu. Berikan tanda () pada:

SS (Sangat Sesuai)

S (Sesuai)

TS (Tidak Sesuai)

STS (Sangat Tidak Sesuai)

Identitas diri :

Nama (boleh insial) :

Usia :

Pendidikan terakhir :

Skala 1 (Stres Pegasusan)

No.	Penyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya kurang bisa menerangkan materi pelajaran kepada anak selama belajar online				
2.	Saya merasa jarang berkomunikasi dengan anggota keluarga lain, sejak anak belajar dari rumah				
3.	Saya merasa lelah harus meluangkan waktu lebih untuk mendampingi anak belajar online				
4.	Kegiatan belajar online anak telah menyebabkan beberapa masalah antara saya dan suami				
5.	Saya merasa kelelahan karena harus mendampingi anak belajar online				
6.	Permasalahan yang berkaitan dengan anak sangat mengganggu pikiran saya				

7.	Saya merasa kurang mampu menjadi pengajar utama bagi anak saya selama sekolah dilakukan dari rumah				
8.	Anggota keluarga lain tidak membantu saya mengerjakan pekerjaan rumah				
9.	Saya merasa kecewa karena tidak dapat berkumpul dengan tetangga sejak harus mendampingi anak belajar dirumah				
10.	Saya dan suami berselisih pendapat mengenai mengajari anak selama belajar				
11.	Saya khawatir jika saya sakit, tidak ada yang mengontrol anak saya belajar				
12.	Saya merasa bersalah jika telah memarahi anak saya dengan berlebihan				
13.	Sejak anak belajar dari rumah, saya merasa jarang berkumpul dengan orang dilingkungan rumah				
14.	Sejak anak belajar dari rumah, saya tidak dapat beristirahat diwaktu senggang yang saya miliki				
15.	Saya marah karena suami jarang memperhatikan masalah anak dirumah				
16.	Saya merasa pusing jika harus selalu mendampingi anak belajar				
17.	Saya merasa kecewa karena tidak dapat membantu anak menyelesaikan tugas sekolah				
18.	Saya gelisah melihat anak saya sulit menyesuaikan diri dengan sistem belajar yang baru				
19.	Saya marah dengan sikap anak saya yang sering menangis dengan keras jika hal yang diinginkannya tidak dipenuhi				

20.	Saya merasa sedih anak saya menjadi pemarah				
21.	Saya kurang suka jika anak saya bertingkah laku sangat sulit diatur				
22.	Saya sedih karena anak saya membutuhkan waktu yang lama untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru				
23.	Saya merasa lelah karena anak selalu meminta saya membantu dirinya				
24.	Saya merasa kecewa anak saya akhir-akhir ini lebih sering menangis				
25.	Saya marah jika anak sulit mematuhi perintah				
26.	Saya kesulitan mengatur anak untuk mengerjakan tugas sekolahnya				
27.	Saya merasa anak terlalu bergantung sehingga saya kesulitan melakukan pekerjaan yang lain				
28.	Anak saya kurang bisa menghargai pemberian dari saya				
29.	Saya kecewa karena anak saya lambat dalam belajar				
30.	Saya berharap memiliki perasaan dekat dengan anak saya, tapi saya tidak bisa melakukannya				
31.	Anak saya melakukan sesuatu yang benar-benar mengganggu saya				
32.	Saya sedih karena anak saya lebih mudah menangis dibandingkan anak yang lain				
33.	Saya merasa anak saya tidak nyaman belajar bersama saya				
34.	Saya merasa kecewa karena anak jarang melakukan apa yang saya perintahkan				

35.	Saya sedih karena anak saya sulit untuk memahami materi pelajarannya				
36.	Saya kecewa karena anak saya lebih senang belajar dengan orang lain dari pada dengan saya				

SKALA II (Dukungan Sosial Suami)

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Suami tidak pernah bertanya mengenai keseharian saya				
2.	Suami tidak benar-benar mendengarkan ketika saya bercerita				
3.	Suami meluangkan waktu untuk mengobrol dengan saya				
4.	Ketika saya kelelahan, suami meminta saya untuk beristirahat				
5.	Suami menunjukkan bahwa dirinya mengerti perasaan saya				
6.	Saya mengalami kesulitan membahas permasalahan anak dengan suami				
7.	Suami membebani saya dengan hal-hal yang bisa dia tangani				
8.	Suami tidak membantu saya dalam mengasuh anak				
9.	Suami memberikan jatah uang belanja rumah tangga				
10.	Ketika libur bekerja, suami juga membantu pekerjaan rumah				
11.	Suami memperhatikan saya ketika sakit				
12.	Suami memberi arahan mengenai pendidikan anak				
13.	Suami membantu memberi solusi untuk masalah yang saya hadapi				
14.	Suami menghargai kemampuan saya dalam mengasuh anak				

15.	Suami membantu saya dalam mendampingi anak belajar				
16.	Suami memuji ketika saya melakukan pekerjaan dengan baik				
17.	Suami tidak mendukung pola asuh yang saya lakukan kepada anak				
18.	Suami sulit dimintai uang untuk kebutuhan anak sekolah				
19.	Suami mendukung cara saya dalam mendidik anak				
20.	Suami tidak peduli dengan masalah saya				

SKALA III (Regulasi Emosi)

No.	Pernyataan	SS	S	TD	STS
1.	Saya akan mengatakan dengan baik-baik jika tidak bisa mendampingi anak belajar dulu				
2.	Ketika saya merasa sedih, saya akan menangis secukupnya				
3.	Jika sedang sedih, saya akan mencari hiburan diluar rumah				
4.	Saya tetap senang disibukkan dengan tugas mengasuh anak, karena saya berpikir masih banyak orang belum memiliki anak				
5.	Meskipun orang lain pernah menyakiti saya, saya dapat memaafkannya				
6.	Jika saya merasa kesal, saya akan mengutarakannya dengan baik-baik				
7.	Ketika mendampingi belajar anak agar tidak tegang saya menyelipkan candaan				
8.	Saat lelah beraktivitas, saya memilih untuk berhenti sejenak dari aktivitas tersebut				
9.	Ketika melakukan kesalahan, saya yakin dapat memperbaikinya				
10.	Saya tetap bisa tenang menghadapi anak yang sedang marah				

11.	Saya akan diam kepada orang yang membuat saya marah				
12.	Saya memarahi anak jika dia sulit memahami pelajaran yang saya ajarkan				
13.	Jika anak saya membuat marah, saya akan terus memarahinya				
14.	Saat ada yang membuat saya marah, saya memikirkan cara untuk membalasnya				
15.	Jika sedang kesal, saya akan mengomel				
16.	Saya memendam perasaan marah				
17.	Saya akan langsung marah jika anak saya tidak fokus ketika belajar				
18.	Ketika melakukan kesalahan, saya terus menyalahkan diri saya sendiri				
19.	Saya kesal tidak dapat memenuhi apa yang saya inginkan				
20.	Saya akan marah kepada anak saya, jika tidak menuruti perintah saya				
21.	Ketika saya lelah anak meminta sesuatu, maka saya akan memenuhi keinginan anak dengan setengah hati				
22.	Saya terus menangis jika merasa sedih				
23.	Tidak ada yang bisa saya lakukan untuk mengurangi amarah				
24.	Dengan kondisi sekarang, saya tidak yakin bisa menjalankan kewajiban saya dengan maksimal				
25.	Saat marah, saya berbicara dengan suara keras				
26.	Jika sedang lelah, saya tidak akan mendampingi anak belajar terlebih dahulu				
27.	Saya mendampingi anak belajar dengan santai				
28.	Saya lebih memilih istirahat, untuk menghilangkan kesal				

29.	Meskipun ssaat ini saya harus bekerja dan mendampingi anak belajar daring , saya yakin dapat melakukannya				
30.	Saya dapat mengontrol suara saya agar tidak meninggi ketika sedang marah				

LAMPIRAN

Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		30
Normal Parameters ^a	Mean	.0000000
	Std. Deviation	10.57083291
Most Extreme Differences	Absolute	.193
	Positive	.193
	Negative	-.073
Kolmogorov-Smirnov Z		1.057
Asymp. Sig. (2-tailed)		.214

a. Test distribution is Normal.

Hasil Uji Linieritas

STRES PENGASUHAN * DUKUNGAN SOSIAL SUAMI

STRES PENGASUHAN

DUKUN GAN SOSIAL SUAMI	Mean	N	Std. Deviation
45	110.00	1	.
48	97.00	1	.
50	93.50	2	.707
51	97.00	1	.
52	83.00	1	.
57	95.00	1	.
58	81.00	2	8.485
59	86.00	4	8.981
60	96.67	3	7.506
61	87.00	2	19.799
62	70.00	1	.
64	91.00	2	31.113
66	72.00	1	.
67	69.00	1	.
68	63.50	2	.707
70	79.00	1	.
72	60.50	2	2.121
75	62.00	1	.
78	94.00	1	.
Total	83.83	30	15.378

ANOVA Table

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRES	Between (Combined)	5066.000	18	281.444	1.727	.178
PENGASU	n					
HAN *	Groups Linearity	2345.212	1	2345.212	14.394	.003
DUKUNGA						
N SOSIAL	Deviation from Linearity	2720.788	17	160.046	.982	.528
SUAMI						
	Within Groups	1792.167	11	162.924		
	Total	6858.167	29			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
STRES PENGASUHAN *				
DUKUNGAN SOSIAL	-.585	.342	.859	.739
SUAMI				

Report

STRES PENGASUHAN

REGULASI EMOSI	Mean	N	Std. Deviation
70	110.00	1	.
72	97.00	1	.
73	94.67	3	2.082
75	83.00	1	.
77	107.00	2	8.485
80	93.00	3	5.292
84	92.00	1	.
85	92.00	1	.
86	79.00	1	.
87	84.00	3	17.349
89	89.00	1	.
91	71.00	4	11.860
92	66.50	2	3.536
94	70.00	1	.
95	69.00	1	.
96	63.00	1	.
98	72.00	1	.
99	76.50	2	24.749
Total	83.83	30	15.378

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
STRES Between Groups (Combined)	5072.500	17	298.382	2.005	.112
PENG Linearity	3614.912	1	3614.912	24.293	.000
ASUH AN * Deviation from REGU Linearity	1457.588	16	91.099	.612	.822
LASI Within Groups	1785.667	12	148.806		
EMOSI Total	6858.167	29			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
STRES PENGASUHAN * REGULASI EMOSI	-.726	.527	.860	.740

Hasil Uji Kategorisasi

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
STRES PENGASUHAN	30	59	113	83.83	15.378
DUKUNGAN SOSIAL SUAMI	30	45	78	61.10	8.066
REGULASI EMOSI	30	70	99	85.47	8.823
Valid N (listwise)	30				

No	Nama Responden	STRES PENGASAHAN (Y)																																				TOTALY	KATEGORISASI	
		Y1	Y2	Y3	Y4	Y5	Y6	Y7	Y8	Y9	Y10	Y11	Y12	Y13	Y14	Y15	Y16	Y17	Y18	Y19	Y20	Y21	Y22	Y23	Y24	Y25	Y26	Y27	Y28	Y29	Y30	Y31	Y32	Y33	Y34	Y35	Y36			
1	Farhah Fuadah	3	3	2	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	2	2	92	SEDANG	
2	Yuliana	2	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	95	SEDANG	
3	Sita Fatma	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	4	3	2	1	3	2	4	2	4	3	3	2	2	2	4	2	2	2	1	4	1	2	2	2	2	1	79	SEDANG	
4	Silvy	3	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	1	3	2	3	2	2	2	3	2	93	SEDANG	
5	Sulicha	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	2	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	97	SEDANG	
6	DH	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	4	2	2	1	1	3	4	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	62	RENDAH	
7	Halimah	3	2	1	1	1	2	3	3	1	2	3	3	2	2	3	1	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	2	4	1	3	2	2	3	2	87	SEDANG	
8	Siti	1	2	2	2	2	3	3	1	1	3	4	4	2	2	3	2	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	3	1	94	SEDANG	
9	Baidah	1	2	2	1	2	3	2	2	2	1	2	4	2	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	2	72	SEDANG	
10	Ira	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	2	1	73	SEDANG	
11	Idha	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	4	2	2	1	1	3	4	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	2	62	RENDAH	
12	Aminah	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	1	2	2	1	75	SEDANG	
13	ML	3	3	4	3	4	3	4	2	2	3	4	4	2	3	3	3	4	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	4	2	2	2	2	2	3	101	TINGGI	
14	Nurul Hikmah	3	3	2	2	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	92	SEDANG	
15	SF	4	2	2	2	2	4	4	4	2	2	4	4	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	2	4	4	4	2	2	4	3	2	2	4	4	4	113	TINGGI	
16	NRS	4	2	2	1	2	3	3	3	1	2	3	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	4	4	4	4	104	TINGGI	
17	Lilis	3	2	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	1	2	2	2	2	2	2	2	2	83	SEDANG	
18	Maulidia	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	3	2	3	2	3	4	2	3	3	4	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	97	SEDANG	
19	Neni	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	110	TINGGI		
20	Ayu	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	2	1	1	2	2	2	73	SEDANG	
21	Tyas	1	1	1	1	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	2	2	2	1	1	1	59	RENDAH	
22	Sumalikhha	2	3	2	1	2	6	3	2	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	94	SEDANG	
23	Rofiqoh	3	3	3	3	3	3	4	2	2	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	97	SEDANG	
24	Miftah	2	1	2	1	1	2	2	1	1	1	1	4	2	2	1	1	4	4	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	1	1	2	2	64	RENDAH	
25	Yulianti	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	2	89	SEDANG	
26	Novi	2	2	2	2	2	3	2	1	2	2	2	4	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	1	2	2	1	69	SEDANG	
27	Krisna	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	2	3	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	69	SEDANG	
28	Hidayati	2	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	87	SEDANG	
29	Wulandari	2	2	1	1	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	1	2	63	RENDAH
30	Nisa'	2	1	2	2	3	3	3	1	2	2	2	3	2	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2	1	2	2	2	1	70	SEDANG	

		REGULASI EMOSI																																
No	Nama Responden	X2.1	X2.2	X2.3	X2.4	X2.5	X2.6	X2.7	X2.8	X2.9	X2.10	X2.11	X2.12	X2.13	X2.14	X2.15	X2.16	X2.17	X2.18	X2.19	X2.20	X2.21	X2.22	X2.23	X2.24	X2.25	X2.26	X2.27	X2.28	X2.29	X2.30	TOTALX2	KATEGORISASI	
1	Farhah Fuadah	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	1	1	3	1	2	3	3	2	2	4	4	3	3	4	85	SEDANG	
2	Yuliana	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	80	SEDANG	
3	Sita Fatma	4	4	4	3	3	2	4	3	4	3	1	4	3	3	2	1	2	1	3	3	2	1	4	3	1	3	4	4	3	4	86	SEDANG	
4	Silvy	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	3	2	2	73	RENDAH	
5	Sulicha	2	3	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	2	2	72	RENDAH	
6	DH	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	91	SEDANG
7	Halimah	4	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	91	SEDANG
8	Siti	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	1	1	3	4	4	4	2	4	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	4	4	4	99	TINGGI
9	Baidah	4	3	2	4	4	3	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	4	98	TINGGI
10	Ira	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	SEDANG
11	Icha	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	91	SEDANG
12	Aminah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	87	SEDANG
13	ML	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	77	SEDANG
14	Nurul Hikmah	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	1	1	3	1	2	3	3	2	2	4	4	3	3	4	84	SEDANG	
15	SF	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	3	3	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	4	2	2	77	SEDANG
16	NRS	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2	2	3	3	2	3	4	3	4	4	87	SEDANG	
17	Lilis	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	4	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	4	2	2	75	RENDAH
18	Maulidia	3	3	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3	2	2	2	73	RENDAH
19	Neni	3	3	3	2	2	3	2	4	1	2	3	2	2	3	1	2	2	2	3	2	2	3	2	1	2	3	3	3	2	2	70	RENDAH	
20	Ayu	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	91	SEDANG	
21	Tyas	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	99	TINGGI
22	Sumalikka	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	73	RENDAH
23	Rofiqoh	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	80	SEDANG
24	Miftah	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	92	SEDANG
25	Yulianti	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	4	4	3	3	4	89	SEDANG
26	Novi	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	95	TINGGI	
27	Krisna	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	2	1	2	3	3	3	2	3	4	3	1	3	4	4	3	4	92	SEDANG	
28	Hidayati	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	80	SEDANG
29	Wulandari	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	96	TINGGI	
30	Nisa'	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	94	SEDANG

		DUKUNGAN SOSIAL SUAMI																					
No	Nama Responden	X1.1	X1.2	X1.3	X1.4	X1.5	X1.6	X1.7	X1.8	X1.9	X1.10	X1.11	X1.12	X1.13	X1.14	X1.15	X1.16	X1.17	X1.18	X1.19	X1.20	TOTALX1	KATEGORISASI
1	Farhah Fuadah	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	SEDANG
2	Yuliana	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	57	SEDANG
3	Sita Fatma	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	70	TINGGI
4	Silvy	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	50	RENDAH
5	Sulicha	2	2	3	2	2	2	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	48	RENDAH
6	DH	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	75	TINGGI
7	Halimah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	59	SEDANG
8	Siti	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	78	TINGGI
9	Baidah	3	3	2	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	66	SEDANG
10	Ira	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	59	SEDANG
11	Icha	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	1	4	72	TINGGI
12	Aminah	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	58	SEDANG
13	ML	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61	SEDANG
14	Nurul Hikmah	3	3	3	3	4	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	59	SEDANG
15	SF	2	2	4	4	4	3	3	1	4	2	4	4	4	4	4	2	3	3	4	3	64	SEDANG
16	NRS	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	60	SEDANG
17	Lilis	2	3	3	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	52	RENDAH
18	Maulidia	3	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	51	RENDAH
19	Neni	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	45	RENDAH
20	Ayu	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	61	SEDANG
21	Tyas	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	4	72	TINGGI
22	Sumalikha	3	3	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	2	2	2	2	50	RENDAH
23	Rofiqoh	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	SEDANG
24	Miftah	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	1	1	4	68	SEDANG
25	Yulianti	3	3	3	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	60	SEDANG
26	Novi	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	64	SEDANG
27	Krisna	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	67	SEDANG
28	Hidayati	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	58	SEDANG
29	Wulandari	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	68	SEDANG
30	Nisa'	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	62	SEDANG